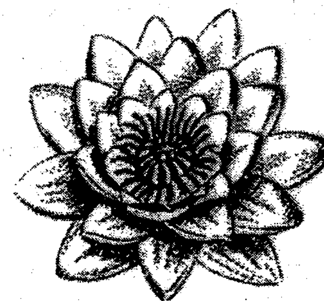
Luule Viilma

Să stagnezi sau să evoluezi

Învață să te ierți

SĂ STAGNEZI SAU SĂ EVOLUEZI

Luule Viilma



Luule Viilma a sistematizat învățătura sa în
şapte volume. Acesta este
volumul 2 - partea 1-a

Au apărut:

Volumul 1	**Lumina sufletului**
Volumul 2 – partea 1	**Să stagnezi sau să evoluezi**
Volumul 2 – partea 2	**Alungă răul din tine**

În pregătire:

Volumul 3 – partea 1	**Căldura speranței**
Volumul 3 – partea 2	**Izvorul luminos al iubirii**
Volumul 4	**Durerea este în sufletul tău**
Volumul 5 – partea 1	**În armonie cu tine însuți**
Volumul 5 – partea 2	**Iertarea adevărată şi iertarea mimată**
Volumul 6	**Învățătură despre supraviețuire**

În volumul 1 – „Lumina sufletului" s-a strecurat o greşeală: La pagina 79, în loc de: „partea stângă a corpului - purtătoarea energiei feminine" şi „partea dreaptă a corpului - purtătoarea energiei masculine", după cum ține să precizeze autoarea şi în volumele următoare, ar fi trebuit să scriem „partea stângă a corpului - purtătoarea energiei masculine" şi „partea dreaptă a corpului - purtătoarea energiei feminine". Ne cerem scuze, noi am interpretat-o ca fiind o greşeală de traducere.

SĂ STAGNEZI SAU SĂ EVOLUEZI

Luule Viilma

Traducere de
Georgeta Timcu



Editura Dharana
Bucureşti
2008

Editura Dharana Bucuresti
Str. Sfanta Ecaterina nr.15, sect.4, O.P. 53
Tel: 021-337 24 24
e-mail: editura@gmail.com

Coperta colecției: Mihai Marinescu

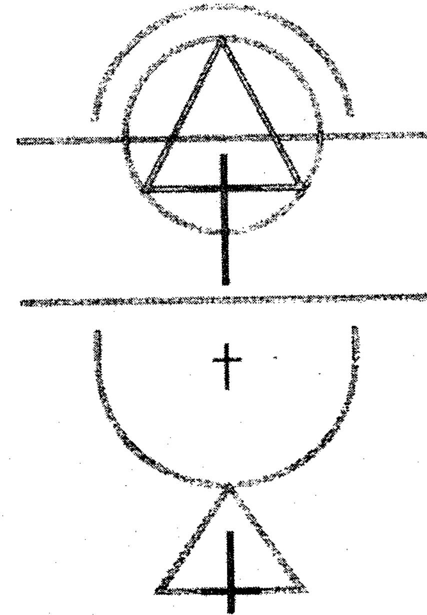
Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

LUULE, VIILMA
Să stagnezi sau să evoluezi / Viilma Luule ; trad.: Georgeta Timcu. - București : Dharana, 2008
ISBN 978-973-8975-12-5

I. Timcu, Georgeta (trad.)

159.961

Se dedică celor care vor să înțeleagă



Binecuvântarea sufletului

Iertarea
înseamnă dorinţa de a comunica,
dorinţa de a iubi necondiţionat,
dorinţa de a contopi într-o unitate perfectă
spiritul şi trupul.
Iertarea este puritate sufletească.
Primeşte adevărul lui Dumnezeu
– iertarea –
şi vei vedea cum sufletul şi spiritul tău se ating.
Aceasta este
lumina sufletului.

Gândul este energie.
Energia are conştiinţă.
Cine are conştiinţă, cu acela poţi comunica.

Gândul negativ este ca un învăţător.
Dacă elevul înţelege ce îl învaţă învăţătorul său,
va deveni mai înţelept.
Dacă învăţătorul vede că elevul său
judecă mai bine, înseamnă că el
şi-a terminat treaba şi se dă la o parte.

Tot aşa se eliberează şi gândirea negativă.
Şi va dispărea şi boala, ea nefiind decât
suma gândurilor negative.
Priceperea de a-ţi asculta propriile gânduri
te va ajuta să treci cu bine chiar şi
peste unele situaţii de viaţă foarte
complicate şi foarte periculoase.

Iubite cititor,

Iată că ne-am întâlnit. A face cunoştinţă prin intermediul unei cărţi este una dintre posibilităţile de a comunica. Sper că traducerea într-o altă limbă nu va modifica sensul textului. Doresc să vă transmit cunoştinţele mele despre sufletul omenesc, cunoştinţe pe care le-am dobândit prin clarviziune, observând lumea lăuntrică a omului. Am strâns aceste cunoştinţe şi le-am sistematizat. Ele i-au ajutat pe mulţi bolnavi să se vindece, pe ei înşişi şi pe copiii lor. Numărul acestor norocoşi creşte şi asta îmi confirmă faptul că mă aflu pe drumul cel bun.

Am scris până acum trei cărţi. Prima a fost deja tradusă în mai multe limbi, inclusiv în limba rusă. Aveţi acum în faţă prima parte a celei de-a doua cărţi.

Noţiunea de sănătate include mai multe aspecte care pot să varieze datorită faptului că dezvoltarea umanităţii presupune o abordare mai profundă a vieţii.

Eu sunt doctor mamoş-ginecolog-chirurg cu o vechime în muncă de 23 de ani şi de aceea ştiu cât de complexă a devenit medicina. Simţământul că nu pot să lecuiesc un bolnav fără sprijinul acestuia m-a obligat să caut o cale de ieşire. Chiar de la început, de când practic medicina, am înţeles că noţiunile foarte complicate pot şi trebuie să fie traduse într-un limbaj simplu pe care bolnavul să-l poată înţelege. Orice om pricepe acest limbaj, chiar fără cuvinte, pentru că acesta este limbajul simplu al sufletului. Eu îi învăţ pe bolnavi, şi pe aceia care nu vor să se îmbolnăvească, să-şi înţeleagă greşelile de gândire. Toate bolile sunt rezultatul unei gândiri greşite. Dacă ţi-ai recunoscut greşelile, înseamnă că ţi-ai tratat boala.

Iubite prietene,

Îţi doresc succes pe calea cunoaşterii de sine. Aş dori ca experienţa ta şi toate celelalte cunoştinţe, dobândite fie prin şcoală, prin ştiinţă sau religie, să nu te facă să ai reţineri. Tot ce scriu eu este doar una dintre multiplele posibilităţi de a înţelege viaţa şi de a-i îmbunătăţi calitatea. Dacă eşti receptiv, te va ajuta.

Îţi doresc fericire!

Luule Viilma

Să stagnezi sau să evoluezi

Dacă cel care a păşit pe calea spiritului
vrea să obţină un succes real,
nu unul imaginar,
atunci,
fiece minut din viaţa lui viitoare,
fiece treabă de zi cu zi,
fiece gând iscat,
fiece dorinţă şi impuls raţional
trebuie să fie subordonate acţiunii
care îi va dirija ţelul în viaţă:
gândirii

Cine vrea să culeagă roadele ce cresc
în grădina pământească a învăţăturii,
acela trebuie ca întreaga lui viaţă
să o transforme într-un necontenit
exerciţiu.

Bo In Ra

Din ieri prin azi spre mâine

Cred că o sinteză a primei mele cărţi „Lumina sufletului", le va fi de folos celor care vor să se perfecţioneze spiritual. O nouă înţelegere a cunoştinţelor acumulate este benefică. Chiar şi pentru mine, recapitularea este extrem de necesară pentru a-mi consolida cunoştinţele.

Omul este un spirit care are suflet şi corp. Clarificarea suferinţelor sufleteşti şi trupeşti te ajută să progresezi pe calea spirituală. Omul nu se cunoaşte însă pe sine, fiindcă nu-şi urmăreşte gândurile şi nu se întreabă niciodată: *„De ce mi-a venit în minte acest gând? Ce vrea să-mi spună?"*

Totul are o semnificaţie, nimic nu se întâmplă fără o cauză şi nimic nu rămâne fără efect.

O viaţă aparent fericită şi fără griji poate să se prăbuşească brusc, dacă omul nu are obiceiul şi nu simte nevoia să gândească. Omul nu trebuie să uite că este o fiinţă gânditoare şi că viaţa merge înainte graţie gândurilor sale. Dacă omul nu gândeşte, viaţa se va burzului la el şi îl va obliga să înceapă să gândească.

Natura i-a dăruit omului toate posibilităţile de a trăi corect. Depinde de noi, de fiecare în parte şi de toţi împreună, cum vom alege. Dacă cineva spune că nu ştie să aleagă, are posibilitatea să aleagă să înveţe, cu alte cuvinte să se cunoască pe sine.

A fi om înseamnă a alege.

Condiţia de om ne obligă să ne mişcăm **corect**, astăzi însă este imposibil să avansăm dacă nu corectăm greşelile omenirii care se află pe marginea prăpastiei. Cine nu crede acest lucru, va fi aspru pedepsit. Trebuie să salvăm Pă-

mântul. Omenirea nu are viaţă fără Pământ, şi Pământul nu are viaţă fără omenire.

Trebuie să învăţăm nu numai din propriile greşeli, ci şi din greşelile omenirii. Trăgând o concluzie din greşelile omenirii, vom putea evita propriile greşeli.

Nimic nu este întâmplător pe lume, există doar legea cauză-efect.

Continuitatea vieţii este determinată de faptul că orice cauză devine efect în următorul moment. Suntem implicaţi cu toţii în ce este bun şi rău pe Pământ.

Legile cosmice ale naturii sunt veşnice şi drepte. În ele nu există loc pentru excepţii şi privilegii. Nu ne sunt de folos nici bogăţia, nici gloria, nici consideraţia, nici meritele. Ne-am obişnuit cu ele în viaţa de zi cu zi şi ni se par foarte importante.

Este obligatoriu să subliniem următorul fapt: tot ce face omul, face pentru el însuşi.

Tot ce face omenirea se întoarce ca un bumerang, iar pentru a înţelege acest lucru trebuie să începem să gândim, trebuie să medităm asupra gândurilor noastre, să pătrundem sensul vieţii şi astfel greşelile se vor transforma în înţelepciune.

Mulţi oameni se întreabă cu mâhnire: *„N-am făcut nimic rău, de ce mi-a căzut pe cap necazul ăsta?"* Dacă stăm să ne gândim, deşi n-au făcut rău, nici bine n-au făcut, ei nu şi-au corectat greşelile din această viaţă şi din vieţile anterioare. Pur şi simplu, paharul răbdării omenirii s-a umplut şi a dat pe dinafară. La fiecare pas el ne dă de înţeles că fiecăruia dintre noi i-a rămas nefăcut ceva foarte important.

Deseori, oamenii se ciocnesc de greşelile săvârşite de ei într-o viaţă anterioară, greşeli rămase neispăşite şi care

apar din nou. Ei le blestemă din tot sufletul şi nu înţeleg că se blestemă pe ei înşişi şi faptele lor şi în felul acesta le amplifică şi mai mult.

Probabil, fiecare dintre noi a simţit loviturile destinului ca un fulger pe cerul senin. Te surprinde ceva ce ai crezut că nu există. Cine spune că nu are probleme şi crede sincer şi orbeşte că este aşa, fără să se gândească la posibilitatea contrariului, este, cum se spune, prost şi îşi cultivă afirmaţia în spatele negaţiei. Şi aşa se face că în ceva ce este foarte bun se ascunde ceva foarte rău. Cine transformă în permanenţă acest rău în bine, nu este deloc un naiv, un om rupt de viaţă, ci este un om de acţiune care mişcă viaţa înainte.

Unii mă întreabă sfidător: *„De unde era să ştiu că este rău, dacă din punctul meu de vedere eu am făcut o faptă bună?"*. Însuşi tonul întrebării oferă răspunsul. Măsura binelui şi a răului se află în sufletul fiecăruia.

Dragii mei, încercaţi să înţelegeţi că uneori ceea ce credeţi că este bine, în esenţă este rău. De exemplu, de multe ori rostim cu seninătate cuvinte politicoase când, de fapt, am vrea să strigăm: *„Treziţi-vă oameni buni, nu vă ascundeţi capul în nisip ca struţul din dorinţa de a părea buni! Spuneţi-vă părerea, dar faceţi-o în aşa fel încât să nu-i răniţi pe ceilalţi."*

Adeseori, un cuvânt dur poate să creeze binele – să îndrume: de exemplu, o interdicţie tăioasă poate să salveze de la moarte. Gândiţi-vă! Nu tot ce străluceşte este aur! Totodată, aceleaşi cuvinte, dar care pornesc dintr-o inimă duşmănoasă, pot să jignească, să calce în picioare, sau să ucidă. Nu cuvântul în sine ucide, ci gândul.

Multă lume îşi induce gândul că totul este bine, dar nu este aşa – este o autoamăgire. Denumesc răul cu alte cu-

vinte, oricare, şi mă oblig să uit. Dar la ce folos? Este tot o autoamăgire. Ne apropiem de clipa fatală şi trebuie să conştientizăm răul din noi pentru ca, apoi, să ne eliberăm de el cu ajutorul iertării.

Mulţi oameni simt corect, ei sunt cei mai adevăraţi clarvăzători, dar nu au încredere în simţurile lor. Ei fac totul în ciuda simţurilor lor, pentru a fi pe placul celorlalţi.

Aceşti oameni foarte buni *aleargă cu disperare după iubirea* colegilor de serviciu, fără să înţeleagă că îşi fac rău. Şi cum colegii nu l-au iubit până acum, nu-l vor iubi nici de-acum înainte –sunt mult prea diferiţi. Ei vor binele, dar primesc răul. Binele îl fac nu pentru ei, ci pentru a fi pe placul celorlalţi şi acest lucru înseamnă captivitate sufletească.

Lor le este greu chiar şi în propria casă. Nu tuturor celor din familie le este pe plac bunătatea, vrednicia, grija lor - toate exagerate. Este o formă sui-generis de presiune care nu le permite membrilor familiei să acumuleze propria experienţă de viaţă.

Omul atrage atât binele cât şi răul.

Dacă cineva vine la mine la cabinet cu dorinţa de a se vindeca, dar nu crede în metodele mele şi nu l-au interesat niciodată, eu trebuie să-i dau posibilitatea să nu creadă, cu alte cuvinte, să nu se vindece.

Dacă altul vine cu un aer de superioritate, - *să vedem ce eşti în stare să faci* - atrage aceeaşi atitudine. El nu ştie că tămăduirea spirituală nu se face cu forţa, doar ca tămăduitorul să-şi demonstreze capacităţile. Dacă tămăduitorul este un om care vede prin bolnav, el nu va atrage negativismul pacientului şi nu-i va răspunde cu aceeaşi monedă. Dacă nu este vindecat, pacientul va avea motiv să fie decepţionat şi să se înrăiască. Astfel de cazuri au fost şi pen-

tru mine o lecţie bună – şi există astfel de oameni cărora nu poţi să le faci bine cu forţa, ei trebuie să înveţe prin suferinţă.

Dacă omul vine la mine ca să-şi nege greşelile, mai bine să nu vină. Nu sunt procuror ca să-l învinuiesc, eu doresc sincer să-l ajut, dar pentru asta trebuie să aibă o atitudine corectă faţă de scopul meu. În caz contrar, amândoi vom pierde timpul în zadar.

În primul rând, acest om nu va lucra cu el însuşi, şi nu-şi va găsi timp să se ocupe de iertare pentru a se vindeca, atâta timp cât există o soluţie de rezervă – medicina. El blochează continuu orice dorinţă a vindecătorului de a-l ajuta. Cum să se vindece un astfel de om? Vindecătorul nu are dreptul să-l ajute cu forţa, dacă bolnavul nu doreşte. Faptul că a venit la consultaţie nu înseamnă că este pregătit să accepte ajutorul oferit. Există şi oameni care vin la cabinet pentru fleacuri, oameni cărora le este lene să gândească şi sunt foarte aroganţi: Cu un gest plin de distincţie ei spun: *„Evident că vă cred, dar sunt atât de leneş şi de prost încât nu voi face faţă la ceea ce îmi cereţi să fac. Voi apela la doctori, poate mă va ajuta careva”.* Gestul lor de aristocrat înfumurat nu este altceva decât un deget avertizator al soartei. Iar cuvintele *leneş* şi *prost*, aruncate cu superioritate, devin la nivelul adevărului vieţii un adevăr amar în lumina căruia , din fandoselile lor prefăcute nu va rămâne nimic.

Un prost deştept învaţă totdeauna, un deştept prost - niciodată.

Omul contemporan gândeşte, înţelege şi face totul contrar adevăratelor necesităţi, chiar şi atunci când are cele

mai bune intenții. Corpul reacționează la o faptă greșită prin boală, informându-ne astfel că trebuie să ne corectăm greșeala.

Repetarea dezvoltă capacitatea de a gândi, de aceea veți întâlni multe repetări în această carte. Modul meu de abordare a stresurilor și a iertării are multe variante, pentru ca, în funcție de context, fiecare să aleagă. El este determinat de practica mea cu bolnavii.

Când citim pe îndelete se activează gândirea logică, naturală. Oamenii care simt nevoia de a reciti prima mea carte „Cum să te depășești pe tine însuți" simt de fiecare dată energia ei vindecătoare și acumulează și mai multe cunoștințe pentru a se ajuta singuri. Acest lucru mă bucură cel mai mult. Cine dorește, scormonește până când află cauza bolilor sale. Cine citește cărțile de înțelepciune spirituală cu ușurința cu care se înghit romanele polițiste, acumulează cunoștințe superficiale.

Fiecare are dreptul să învețe cum dorește

De exemplu, vine la mine la cabinet un om care a citit în manuscris același capitol pe care-l citiți dumneavoastră acum, dar nu l-a citit până la capăt pentru că nu înțelegea. Cum poate fi învățat spiritual – prin cuvânt - un asemenea om?

Sau, vine un altul care a citit același capitol și spune că *a înțeles*. Eu însă văd că n-a înțeles, fiindcă spiritul lui este foarte închistat. Când i-am spus că *văd că n-a înțeles*, s-a supărat, fiindcă, după părerea lui, așa ceva este imposibil de văzut. Dar eu văd. Am încercat să-i explic cât mai simplu, iar el se uita la mine și îmi spunea: *„Nu înțeleg"*. Mai întâi a spus că a înțeles, acum spune contrariul. De

data asta nu l-am întrebat eu, ci a răspuns el singur. Este obișnuit să răspundă afirmativ la întrebări.

Am adus aceste exemple intenționat, ca cititorul să se gândească de ce nu înțelege. Fie că este blocat de frică și în acest moment îi este greu să pătrundă în esență, fie că la nivelul actual al cunoștințelor sale nu este posibil să fie ajutat prin această metodă și este nevoie să mai învețe, fie că se consideră peste măsură de deștept și nu știe că tot ce este în exces se transformă în clipa următoare în propriul contrariu.

Aflați că eu sunt un doctor care pătrunde cu vederea în corpul dumneavoastră și, prin urmare, pot să vă descriu boala fizică fără ajutorul aparatelor; sunt un doctor care vă citește gândurile, vă vede viețile anterioare și viața actuală din momentul conceperii și al nașterii până în clipa de față, vă vede părinții, bunicii, etc. Totodată, scopul meu este să vă explic cauza bolilor ca apoi să vă vindecați **singuri**. Din păcate, nu văd chiar totul și nici nu pot să mă laud că sunt infailibilă.

Am enumerat aceste capacități nu pentru a-mi da mie o satisfacție deșartă, nu pentru publicitate, ci ca să vă clarific unele lucruri și pentru a evita confuziile. Am vrut doar să vă rog, cu modestie, să vă purtați cu mine așa cum ați dori să mă port eu cu dumneavoastră. Eu mă ocup cu lucruri mult prea serioase, cu care nu e de glumit. Realitatea nevăzută capătă contururi tot mai vizibile chiar și pentru cei care nu cred.

Un om ocupat zi de zi cu o muncă ce îl abrutizează, care nu manifestă interes pentru nici un fel de cunoștințe, care nu știe nimic despre lume, nu va fi receptiv la vindecarea spirituală. Îl poate ajuta doar medicina tradițională. Un altul, care, chiar dacă are mai puține studii, dar se stră-

duieşte să gândească paralel cu mine, va percepe totul. Sunt extraordinar de receptivi oamenii sensibili, binevoitori.

Dacă sunteţi dezorientaţi de faptul că nu înţelegeţi de ce în viaţa dumneavoastră se întâmplă un anumit lucru şi nu altul, puteţi să veniţi la mine. Vom încerca împreună să simplificăm lucrurile complicate. Eu vă voi explica cu bucurie toate situaţiile din perspectiva sufletului şi a spiritului.

Dar, mai întâi, este nevoie ca dorinţa de a şti să vă trezească în suflet o stare de nelinişte şi de căutare. Trebuie să vă spun însă că nu trebuie să mă consideraţi o atotştiutoare, că nu sunt una care bolboroseşte ceva timp de o oră şi apoi vă pune pe tavă cauzele bolilor, poate mai vechi de o sută de ani. Un om obişnuit nu rezistă la o şedinţă mai lungă de o oră – energia pe care o primeşte îi năuceşte capul. I se poate face rău. Şi, fireşte, omul va trage concluzia că i s-a pricinuit un rău.

Între un bine excesiv şi un rău excesiv se poate pune semnul egalităţii – şi unul şi celălalt este greu de suportat, dacă ne grăbim cu evaluarea, fără să pătrundem în esenţa lucrurilor. Poate evalua corect cel care nu se grăbeşte să tragă concluzii. Trebuie mai întâi să gândească.

Dar cum se vindecă copiii? Ei doar nu ştiu să citească.

Cu copiii nu sunt niciun fel de probleme. Spiritul lor este atât de pur şi de sincer încât înţeleg totul dintr-o jumătate de cuvânt. Un adult care să înţeleagă aşa cum înţelege un copil de 3-4 ani este o raritate. Întrucât bolile copiilor sunt urmarea unui mod greşit de gândire a părinţilor, impedimentul sunt doar părinţii care se tem, până la a intra în panică, că vor fi găsiţi vinovaţi. Ei nu înţeleg că eu nu mă

ocup de căutarea vinovaţilor. Mai degrabă ei înşişi vor începe atacul asupra prezumtivului vinovat.

De exemplu, enurezisul apare atunci când copilului îi este frică de tatăl său. În realitate, este vorba de frica mamei care se intensifică în subconştientul copilului.

Eu îl învăţ pe copil să-şi spună necazurile şi să se elibereze de frică, dar mama sau tatăl lui se supără pe mine – chipurile, eu i-aş învinui pe ei de boala copilului. Boala nu numai că nu se vindecă, ea se acutizează fiindcă părinţii neagă cauza bolii şi se înfurie mai tare decât la început. Copilului îi este frică tocmai de răutatea părinţilor.

Întrucât rinichii sunt ţesut moale, adică se află sub influenţa energetică a mamei, mama trebuie să-şi amintească şi să se elibereze de toate spaimele şi de toată răutatea ce ţin de tatăl copilului, pe care ea le-a suportat încă de la începutul sarcinii. Şi atunci teama copilului că se va întâmpla ceva cu tatăl său va dispărea.

Dezvoltarea vieţii copilului nu se limitează la părinţi, adică ereditar, şi totuşi el îşi însuşeşte de fiecare dată doar lecţiile concrete ale vieţii lui. Fiecare viaţă are programul ei, la fel ca la şcoală. Pentru fiecare copil acest program sunt părinţii.

Este timpul să-i învăţăm pe copii încă din copilărie. Ei învaţă cu rapiditate să devină înţelepţi.. Învăţându-i să aibă încredere în simţurile lor şi să-şi ierte spaimele, vor creşte puternici şi deştepţi. Şi ar fi mult mai bine ca noi să devenim mai deştepţi, învăţând de la mintea deschisă a copiilor.

Sănătatea copilului este oglinda vieţii lui

Oamenii nu pot fi vindecaţi dacă nu-şi schimbă modul de gândire şi de reprezentare. Eu nu pot decât să dau sfa-

turi. Fiecare trebuie să acţioneze singur. Cine s-a obişnuit să trăiască luând totul de-a gata n-are decât să aştepte vindecarea.

Dacă omul crede că are prea puţin timp de pierdut pentru a sta să mediteze, va suferi până va înţelege că este mai importantă o gândire corectă şi logică, după care să urmeze o acţiune raţională care îi va economisi forţele, sau se va bălăci fără sens, după care îşi va da seama că nu şi-a realizat scopurile şi că sănătatea îi este atât de zdruncinată încât n-o mai poate lua de la capăt.

Viaţa înseamnă a învăţa. Învăţătorul este răul. Cine nu-şi învaţă lecţia, se îmbolnăveşte.

Boala este timpul ce ţi se oferă pentru a putea trage concluzii. Cu cât omul îşi va înţelege mai repede greşelile, cu atât mai repede se va vindeca. Pentru a înţelege, trebuie să gândească. Pentru a gândi are nevoie de linişte şi de a fi singur cu el însuşi.

În realitate, lucrurile stau însă cu totul altfel. Rareori, bolnavul îi va conduce spre ieşire pe cei ce îl obosesc cu compătimirea lor sâcâitoare. Trebuie să înţelegem că bolnavul are nevoie de linişte, în cazuri extreme - de un fond muzical liniştitor, sau de sunete din natură. Cu cât boala este mai gravă, cu atât bolnavul suportă mai greu televizorul, radioul sau discuţiile cu vizitatorii. Oamenii nu fac deosebire între bine şi rău, confundă noţiunile de „necesar" şi „excesiv" şi nu înţeleg de ce bolnavul nu se vindecă, de ce este atât de irascibil. De ce, oare, când se bucură de o îngrijire excepţională şi de confort? În mintea lor, ajutorul medical echivalează cu confortul oferit de spital. Nu toţi înţeleg, vai, că vindecă cel mai bine căldura sufletească a celor care îl înconjoară pe bolnav şi gândirea lui corectă.

O altă categorie de oameni sunt cei la care frica *nimeni nu mă iubeşte* este foarte puternică şi nici nu le trece prin cap să-şi clarifice cauza îmbolnăvirii. Ei ştiu, încă din copilărie, că bolnavul se află în centrul atenţiei, că este îngrijit, că este răsfăţat, că i se permite ceea ce este interzis etc. La început se autocompătimesc, cu timpul devin plângăreţi. Le este atât de frică să se însănătoşească definitiv încât încep să creadă că sunt bolnăvicioşi. Ei nu vor să se însănătoşească şi de aceea, pentru ca ei să supravieţuiască, trebuie să-şi schimbe modul de gândire cei care suferă din cauza lor. De regulă, aceştia sunt membrii familiei.

Înainte de toate, să învăţăm

La baza tuturor lucrurilor se află gândul, apoi urmează fapta pe măsura gândului. După un gând corect urmează o faptă corectă.

Un om bolnav este cel care a gândit greşit şi a trăit incorect. Dacă el va învăţa să gândească corect, se va însănătoşi. Necesitatea de prim ordin a vieţii actuale este de a schimba viaţa însăşi.

Dacă vreţi să mă contraziceţi – că, chipurile, până acum viaţa şi sănătatea dumneavoastră au fost în ordine, aflaţi că acest dar al naturii – sănătatea – pe care o numim fericire, şi care până de curând vă dădea posibilitatea să vă bateţi joc de ea, pur şi simplu a secat. Aveţi grijă cum trăiţi

în continuare. Ar fi fost mult mai bine să vă fi corectat înainte greşelile.

Eu vă învăţ să faceţi acest lucru cu ajutorul iertării pentru că iertarea este o forţă eliberatoare uriaşă. Iertarea este şi cea mai simplă metodă de a ne elibera de rău.

Suntem oameni de pe planeta Pământ. Civilizaţia contemporană se află la răscrucea secolelor şi mileniilor şi criza în care ne aflăm este un indiciu clar că va urma o cotitură radicală. Răul pe care l-am acumulat trebuie să se transforme în bine. Pentru aceasta e nevoie ca răul să-şi rupă şira spinării. Coloana vertebrală simbolizează modul de organizare a vieţii.

Fiecare este liber să decidă cum va supravieţui. Ne putem ascunde capul în nisip şi să spunem că iarăşi ne-am prostit şi că nu se va schimba nimic. Totuşi, schimbările din natură şi societate nu numai că sunt evidente, dar sunt şi palpabile, iar sănătatea tot mai precară a oamenilor este o dovadă în acest sens.

Nu este oare straniu că, dacă un om simplu spune un mare adevăr de viaţă, el este considerat prost, iar, dacă în decursul vremii acest adevăr va încolţi pe ogorul suferinţelor umane şi un oarecare tip învăţat îl va pune repejor pe hârtie sub forma unei teze de doctorat, el va fi considerat deştept?

Nu este mai bine, oare, ca fiecare dintre noi să descoperim binele cu inima noastră şi să nu aşteptăm ca această mare înţelepciune să fie impusă forţat în şcoală, şi din cauza constrângerii ea să devină din nou o absurditate pentru copii?

Nicio constrângere nu este bună. Dacă mi se spune: *„ce să-i faci, copilul nu învaţă decât dacă este obligat"* sfatul meu este următorul – analizaţi-vă pe dumneavoastră

înşivă şi veţi vedea de ce copilul nu este ascultător. Dacă veţi constata că el nu seamănă cu părinţii, atunci închideţi ochii la greşelile lui. Va trebui să începeţi prin a corecta propriile greşeli şi imediat se va schimba şi copilul.

Pe profesorii care văd în copii numai nişte turbulenţi care le perturbă liniştea personală şi sunt foarte exigenţi cu ei, eu i-aş sfătui să stea de vorbă cu colegii lor care au fost la mine la consultaţie. După ce şi-au lămurit problemele ei au înflorit asemeni unor trandafiri care îşi deschid petalele, recunoscând cu bucurie că toate acestea pot fi aplicate şi la şcoală. Ce fericire! Profesorii au descoperit brusc cheia potrivită pentru problemele elevilor lor recalcitranţi. Ce îmbucurător este să-l ajuţi pe copilul care a fost o povară apăsătoare pentru toţi şi pe care nu l-au înţeles nici măcar membrii familiei.

În rătăcirile şi necredinţa ei în bine omenirea a transformat Pământul într-o planetă a suferinţelor sufleteşti. Şi, totuşi, ne întoarcem aici iarăşi şi iarăşi. De ce?

Omul se naşte iarăşi şi iarăşi ca să înveţe. Şi învaţă prin rău. Însuşindu-ne lecţiile răului, devenim mai înţelepţi, evoluăm pe spirala dezvoltării. Acesta este modelul cosmic al dezvoltării.

Ca tot ce există pe lume, cunoaşterea are două părţi:

- prin învăţare,
- prin suferinţe.

Hristos a venit să ne înveţe iertarea, să elibereze răul, pentru a **deschide calea binelui**. Dar oamenii nu erau pregătiţi spiritual – li se oferea prea devreme binele! Cea mai mare parte a omenirii a ales calea suferinţelor.

Alegerea făcută de om este liberă şi sfântă, dar fiecare trebuie să ştie că după faptă vine şi răsplata. Nici corpul, nici societatea, nu mai pot să se vindece la nivel fizic aşa

cum ne-am obişnuit. Medicamentele nu-şi mai fac efectul şi majoritatea bolilor devin cronice. Pe cel căruia îi este lene să gândească, foarte curând nu-l vor mai ţine nici propriile picioare.

Celui care nu-şi va schimba principiile i se va rupe coloana vertebrală, căci coloana vertebrală a materialismului a devenit fragilă.

Omenirea se află la răscruce – oile şi caprele trebuie să meargă fiecare pe drumul lor. Toate sunt libere să aleagă – să meargă mai departe sau să rămână pe loc. Pentru ca noi, oamenii, să putem merge cu rost mai departe trebuie să ne descoperim capacitatea de a gândi. Un ajutor de neînlocuit şi foarte puternic pe această cale este raţiunea care până acum a folosit oamenilor doar pentru a-i duce în ispită.

Iertarea este calea minunată pentru a ne descoperi capacitatea de a gândi. Dacă până acum 10 ani omul putea să se adreseze unui Dumnezeu nedefinit pe care şi-l imagina, hai să spunem, ca pe un bătrân cărunt aşezat pe un nor, care interzice, ordonă şi pedepseşte, acum, a apărut necesitatea de a-l înţelege cu adevărat. Este timpul să o facem.

Dumnezeu este Unitatea a tot ce există

Ca orice întreg, Dumnezeu este alcătuit din părticele mici. Şi fiecare părticică este formată din altele şi mai mici. Dumnezeu este întregul alcătuit din părticele mici şi organizate într-un mare sistem în continuă mişcare şi schimbare. Dumnezeu nu poate fi exprimat pe hârtie, el este tot ce există: el poate fi prezentat ca o lumină care se duce spre infinit. Fiecare îl percepe pe Dumnezeu în felul său. Cine-l percepe corect, va avea sănătatea şi viaţa în ordine.

DUMNEZEU este VIAŢA. Dumnezeu este energia care trebuie să se afle în mişcare. Tot ce stagnează, dispare.

Ce fel de energie este aceasta? La şcoală am învăţat despre energia electrică, magnetică, atomică etc. Ce este energia divină?

Dumnezeu este energia iubirii

Toate energiile, care au diferite denumiri, sunt structuri distincte, formate la rândul lor din particulele primare ale energiei iubirii. Obiectele fizice tari la pipăit sunt formate şi ele din energia iubirii, iar starea lor statică este iluzorie..

Şi omul şi sănătatea lui sunt energia iubirii, sau, pe scurt, **Iubire.**

Baza şi creatorul vieţii este Iubirea

Energia iubirii este pretutindeni, şi este suficient de multă. Răul decurge din prea puţină Iubire... Astăzi, rău există foarte mult.

Doar acea energie care poate să curgă liber este energia iubirii. Ea trebuie să curgă, să fie în mişcare, ca omul să se simtă iubit şi să iubească şi el astfel încât să simtă şi alţii iubirea sa.

Aud deseori spunându-se: *„Eu iubesc, dar nu sunt iubit”*. Această durere sufletească este specifică tuturor fe-

meilor, bărbaţilor, copiilor. Cu cât omul care rosteşte aceste cuvinte este mai tânăr, cu atât este mai puternic acest sentiment, apărut chiar de la naşterea sa, şi cu atât mai rapid el se va acumula pe parcursul vieţii.

Senzaţia că *nu există iubire* pare corectă în principiu nu pentru că *nu suntem iubiţi,* ci fiindcă nu permitem energiei iubirii să iasă din noi. Nu ne trece prin cap să ne descotorosim de fricile care formează în jurul nostru un zid prin care iubirea nu poate trece ca nouă să ne fie bine. Este un sentiment îngrozitor, care lasă totuşi loc unei oarecari speranţe. Cel mai înspăimântător este sentimentul că *nimeni nu are nevoie de iubirea mea.* El ne face viaţa fără sens.

Să ştiţi - **cine trăieşte, este iubit de viaţă, iar viaţa este Dumnezeu.**

În caz contrar nu aţi mai fi în viaţă. Sentimentul că *„nimeni nu mă iubeşte"* este reprezentarea dumneavoastră, reprezentare falsă, provocată de neînţelegerea vieţii şi a celorlalţi oameni. Acelaşi lucru se poate spune despre sentimentul *„nimeni nu are nevoie de iubirea mea".*

Dacă cineva spune că nu îi este teamă că *nu este iubit* sau că *nu are nevoie de iubire, că se descurcă în viaţă şi fără ea,* înţelege iubirea doar ca o relaţie intimă. A dispune de corpul fizic al partenerului este plăcut, dar este şi iluzoriu. Mai ales dacă este un corp tânăr, elastic şi frumos. Odată cu pierderea acestor calităţi se pierde şi ceea ce era numit până atunci iubire.

Noi nu înţelegem că existenţa noastră este determinată de realitatea nevăzută, că realitatea materială este doar o foarte mică părticică a Unităţii supreme care se numeşte Dumnezeu. Şi nici că actuala criză are drept cauză negarea lui Dumnezeu, negarea Iubirii, materializarea Iubirii.

Dumnezeu este energia Iubirii. Este extrem de important să înţelegem acest lucru

Cine-l neagă pe Dumnezeu, neagă Iubirea, iar fără iubire tot ce fiinţează moare. Negaţia este în felul acesta nefiinţă.

Omul care se neagă pe sine însuşi, nu există. Cum poate binele să vină la el, dacă el este doar un loc gol? Binele este doar energia iubirii în multidiversitatea sa. Tot ce există, material sau imaterial, sunt structuri diferite alcătuite din particule primare ale energiei iubirii.

Negându-l pe Dumnezeu, omul se neagă pe sine, fiindcă şi corpul uman este una dintre structurile energiei iubirii. Învăţaţi cu modestia, îi învăţăm şi pe ceilalţi acelaşi lucru. Auzim mereu - *„Ei, na! Eu n-am nevoie de nimic!"* Aceasta este negare de sine.

Oamenii, orbiţi de setea de câştig şi trăind în spiritul ateismului, nu vor să se schimbe şi continuă cu obstinaţie să transforme lumea după bunul lor plac. Considerând că omul este atotputernic, ei îl urăsc pe Dumnezeu. Din cauza urii, corpul lor este nevoit să sufere foarte mult. În felul acesta, corpul îi oferă omului posibilitatea să înceapă să înţeleagă corect viaţa. Aceşti oameni se roagă să moară pentru ca chinurile lor să înceteze, dar Moartea nu-i va ajuta. Moartea este acelaşi Dumnezeu prin care răul se transformă în bine.

Este o fericire când oamenii, indiferent din ce motiv, încep să se intereseze de Dumnezeu. Este totodată regretabil că o mare parte dintre aceşti oameni se află într-o criză sufletească profundă şi doresc să-şi extindă doar proble-

mele lor personale. Mulți dintre ei sunt hărăziți să fie decepționați, fiindcă cu Dumnezeu nu poți să te târguiești.

Creierul amețit de tranchilizante își pierde voința, nu poate să gândească și nici nu se învrednicește să facă ceva.

Repet: Dumnezeu este iubire. Iubirea este energie.

Energia are conștiință și de aceea putem să comunicăm cu ea. Comunicând corect cu un prieten sau cu un dușman, putem să ajungem la o înțelegere pozitivă. La fel este și cu energia gândurilor. Putem să vorbim cu ea și s-o eliberăm din corp. **Eliberându-se, ea se transformă în bine**.

Vă amintiți cum se distribuie tipurile de energie în corp? Ar fi trebuit să învățați pe de rost aceste date.

Distribuirea energiilor în corpul uman

În schema de mai jos puteți găsi, dacă gândiți, cauza aproximativă a bolilor corpului dumneavoastră.

Partea stângă a corpului – energia masculină sau tot ce ține de tată, soț, fiu, sexul masculin.

Partea dreaptă a corpului – energia feminină sau tot ce ține de mamă, soție, fiică, sexul feminin.

Nota Bene! Filozofia orientală ne învață invers, eu știu acest lucru. De aceea mi-am verificat cunoștințele. Evident, m-am adresat mentorilor mei superiori. Numai în cazuri excepționale mi se dă un răspuns verbal scurt. De obicei mi se spune: *„Știi și tu singură! Asta-i tot!"* La

această întrebare mi-au răspuns: *„Acesta este nivelul superior. De ce nu te uiți tu singură? Asta-i tot".*

Mediumul Hilia a întrebat de ce eu văd amplasarea energiei altfel decât ceilalți. Iată ce i s-a răspuns:

„În copia corpului fizic, energia masculină este situată în dreapta, iar cea feminină în stânga. Aceasta este forma energiei în ansamblu, al cărei nivel deja poate fi depășit de om. Mai mult, omenirea are nevoie de această depășire.

Pentru Luule, forma de energie care i s-a revelat constituie treapta superioară pentru om, fără de care omul fizic nu poate exista. Aceasta este proiecția omului ca un tot unitar la nivelul materiei subtile, tot unitar care nu dispare niciodată, ci se întrupează iarăși și iarăși, dacă așa este dispoziția Registrului Cosmic.

Magnetismul este o formă de spiritualitate a fiecărei unități însuflețite și neînsuflețite. El determină trăinicia greu de îndurat a unității fizice. Și el se întinde deja până la nivelul polilor gravitaționali.

Esența energiei magnetice devine vizibilă prin iertare. Folosirea magnetismului în scopuri curative va da omenirii posibilitatea de a supraviețui."

Partea inferioară a corpului – energia ce ține de trecut; cu cât este mai jos cu atât mai îndepărtat este trecutul. Cu cât este mai aproape de pământ, cu atât problema este mai materială.

Partea superioară a corpului – energia ce ține de viitor.

Partea din față a corpului – energia sentimentelor ce se acumulează în chakre sau în centrii energetici:

– **chakra I** – energia forței vitale; este situată pe suprafața interioară a coccisului;

– **chakra II** – sexualitatea, situată la nivelul osului pubian;

– **chakra III** – putere şi dominare, aşa numitul plex solar; este situată la nivelul ombilicului;

– **chakra IV** – iubirea, situată la nivelul inimii;

– **chakra V** – comunicarea, situată la nivelul laringelui; gâtului.

– **chakra VI** – speranţa sau echilibrul din lumea sentimentelor, aşa-numitul al treilea ochi; este situată la nivelul frunţii;

– **chakra VII** – credinţa, situată la nivelul osului parietal.

NB! Dacă omul are credinţă, speranţă şi iubire are viitor.

Partea din spate a corpului – energia voinţei sau forţa voinţei.

Pe partea dorsală a corpului de află coloana vertebrală. În interiorul coloanei se află canalul energetic principal din care energia pătrunde în canalele laterale, iar de acolo în organe, ţesuturi etc. Coloana vertebrală joacă un rol hotărâtor în funcţionarea şi capacitatea de muncă a corpului fizic. La o analiză atentă cu al treilea ochi, doar a coloanei vertebrale, pot fi determinate toate bolile corpului.

Din fiecare vertebră, printr-un canal energetic, circulă energia care ajunge într-un anumit organ. Când o vertebră este lezată, organul corespunzător ei se îmbolnăveşte.

Nici o vertebră nu este lezată fără să existe o cauză. Cauza oricărei boli este blocarea energiei provocată de un stres. Dacă fluxul de energie a iubirii este lent, în viaţă totul începe să meargă pe dos. Dacă fluxul de energie a iubirii se întrerupe, omul moare şi nu-l mai poate ajuta nici cel mai performant aparat de reanimare şi nici cel mai bun doctor.

Aş vrea să-i liniştesc pe unii dintre bolnavii de scleroză cărora le este frică să utilizeze coaja de ou în scopuri terapeutice. Calciul nu amplifică, ci diminuează scleroza. **Când se întăreşte scheletul, se întăreşte partea masculină din om. Scleroza înseamnă o atitudine rigidă, îndărătnică.** Consumând coajă de ou, vă diminuaţi răutatea faţă de sexul masculin ca principalul vinovat de eşecul economic al lumii. Aceasta se întâmplă chiar şi atunci când nu vreţi să-i iertaţi pe bărbaţi şi nu ştiţi să vă eliberaţi de ideile dumneavoastră preconcepute. Corpul vă va ajuta să faceţi acest lucru.

Frica blochează circulaţia energiei iubirii

Atunci când frica atrage răul, răutatea începe să distrugă corpul. Civilizaţia contemporană a acumulat stresuri pe parcursul multor vieţi şi generaţii. Cărţile de popularizare consideră stresul ca o stare tensionată a organismului, un fel de reacţie de apărare la factorii negativi. În realitate, stresul este legătura energetică invizibilă cu răul.

Tot ce este rău pentru un anumit om constituie pentru el un stres, în timp ce pentru un altul nu este obligatoriu să fie un stres.

Medicina percepe stresul doar la nivelul fizic – boala provocată şi cauza ei probabilă. Atât medicina cât şi oamenii percep stresul ca o presiune psihică urmată de boală.

În realitate, acumularea energiei negative are loc cu mult înainte de apariția bolii fizice.

Ați avut ocazia să vedeți figuri cu imaginea biocâmpurilor energetice ale omului. Este o cunună de raze care leagă omul de evenimentele din viața actuală, dar și din viețile anterioare. Razele pozitive sunt albe și se unesc cu evenimentele pozitive, razele negative sunt negre și duc către evenimentele negative rămase necorectate. Totul poate fi corectat prin iertare, indiferent de timpul când a fost săvârșită fapta. Doar iertarea este forța miraculoasă care eliberează răul.

Tot ce este bun pentru om este răul pe care el l-a învățat din viețile anterioare. Tot ce este rău trebuie învățat în viața aceasta. Dacă nu vom face acest lucru, va rămâne ca o datorie karmică și va fi și mai greu de ispășit în viața viitoare. Negativitatea își face continuu treaba.

Locul spre care duce raza neagră pierde continuu din pozitivitate și, treptat, se îmbolnăvește.

Fiecare gând incorect atrage negrul. Dacă dorim să avem o viață bună și o sănătate bună trebuie să rupem legătura neagră, sau stresul.

Legea divină – similarul atrage similarul

Corpul omului își cunoaște îndatoririle, prin el spiritul trebuie să capete înțelepciune. Corpul știe că, dacă în el a pătruns un stres, atunci această lecție de viață a rămas neînvățată și, ca atare, corpul trebuie să atragă către sine ia-

răși și iarăși ceva asemănător, până când omul va avea o mare suferință și va înțelege care este cauza bolii sale. Aceasta este una din modalitățile de a căpăta înțelepciune.

A doua posibilitate este prin învățare. Cine își însușește înțelepciunea prin învățare, chiar de la primul semnal al corpului, va proceda corect – se eliberează de rău prin iertare și nu mai este nevoit să sufere. Corpul înțelege că omul s-a deșteptat.

Cine are frica în suflet, pe acela îl va speria cu siguranță cineva.

Cine are în inimă sentimentul de vinovăție acela așteaptă pe cineva care să-l învinuiască.

Pe cel ce este rău va veni cineva să-l înfurie – căci el are nevoie de acest lucru, are foarte mare nevoie!

Cel care strigă cu disperare: *„Dar eu nu vreau!”*, trebuie să-i dovedească corpului dorința sa prin eliberare de stres, întrucât corpul nu înțelege alt limbaj. Corpul nu întreabă de ce omul nu știe și cine nu l-a învățat, el se apucă imediat să-l învețe, și o face cu sinceritate, simplu și aspru.

Dintre stresuri, cea mai zdrobitoare influență o are frica. Frica acționează asupra rinichilor și suprarenalelor, blocându-le activitatea. Organul pe care se localizează frica, se face ghem, ca să se apere. Tulburările pot ajunge până la convulsie, spasm sau deformare. Frica pătrunde totdeauna în suprarenale și în rinichi având ca rezultat un spasm. Un țesut în stare spasmodică nu permite circulația sângelui prin el, organul nu primește hrană și nu își poate îndeplini funcțiile. Hormonii suprarenalelor au o importanță vitală, încetarea activității lor conduce la o moarte rapidă. Omului aflat în moarte clinică i se face totdeauna

injecție cu hormoni suprarenali, readucându-l astfel la viață.

În loc să ne tratăm cu medicamente scumpe și în felul acesta să ajungem la stadiul în care este necesar un transplant de rinichi, așa numiții bolnavi de rinichi care nu mai au nici o speranță ar trebui să se elibereze prin iertare de fricile lor cronice care provoacă spasmul cronic al rinichilor. Atunci omul nu va mai trebui să aștepte moartea unui donator pentru ca să supraviețuiască el. Fricile apar din sentimentul de vinovăție.

Ai atâta iubire câtă meriți

Cea mai mare frică a omenirii este frica *NIMENI NU MĂ IUBEȘTE.*

De ce?

Moartea corpului înseamnă pentru spirit doar că s-a încheiat o lecție de viață. Dar când moare iubirea, moare și spiritul și el se teme de acest lucru. De aceea el este un nod de energie a iubirii. Iubirea nu poate fi recreată.

Partea bună a negativității constă în faptul că ea îl învață pe om. Un om care nu știe ce este frica, ar muri instantaneu. Frica îl învață să aibă grijă de viața lui, să o prețuiască și să o facă să continue.

Cine a făcut o greșeală, dar n-a corectat-o, și, deci, nu a înțeles-o, atrage în el frica. Omenirea a încălcat grav legile Împărăției Divine și, până când nu își va ispăși în totalitate greșelile, trebuie să trăiască frica; ea ne ajută să devenim mai înțelepți.

Frica *NIMENI NU MĂ IUBEȘTE* formează un ZID LA LIMITA BIOCÂMPULUI care poate fi străpuns doar fizic. Străpungerea fizică a zidului fricii provoacă o senzație de constrângere, după care urmează o stare inexplicabilă de neliniște, irascibilitate, o senzație de pustiire și dorința de a îndepărta obstacolul.

Doriți să vă apropiați de omul drag cu speranță în suflet și simțiți ceva ce vă oprește brusc – răceală, lipsă de înțelegere. Decepționați, fie că vă veți apleca, precum o crenguță de mimoză, fie, invers, cu o privire arzând de mânie, vă veți învârtoșa tot corpul – ați fost rănit și reacționați în funcție de starea sufletească. Ați simțit cum s-au unit cele două ziduri ale fricii - al dumneavoastră și al celuilalt - și energia negativă apărută poate fi atât de puternică, încât, instantaneu, se va însuma în răutate. Și în loc de mângâiere se încinge cearta. Adevărul amar – *nimeni nu mă iubește* – se confirmă din nou.

Indiferent că este vorba despre sexul opus, despre părinți sau despre copii, oricum, din fricile însumate apare răutatea. Ambele părți simt durerea, dar dumneavoastră o simțiți doar pe cea proprie și trageți concluzia – *nimeni nu mă iubește.*

Bărbatul nu poate trăi fără iubirea femeii. Dacă nu se va elibera de frică, bărbatul care vede în soție unicul obiect al iubirii, devine hipersexual. Cu cât relațiile intime sunt mai dese și mai banale, cu atât mai puternică va deveni frica de a o pierde. În loc de satisfacție se va simți alarmat. Fără să-și dea seama, se va enerva și va intra în panică.

Zidul fricii începe să crească, provocându-i o durere tot mai mare, iar bărbatul simte că *nu e cum ar trebui să fie*. Simțindu-se din ce în ce mai pustiit sufletește, începe să devină gelos – unde s-o fi dus, cu alți bărbați, bineînțeles!? Un astfel de bărbat nu înțelege că problema este în el însuși. Grație acestei frici s-a dezvoltat sexologia contemporană, care nu poate fi alimentată cu iubire sufletească. Iubirea fizică este doar o mică parte a iubirii sufletești.

Pentru femeie sexul de acest gen este un chin; el poate să distrugă pentru totdeauna feminitatea din ea. Odată, o femeie respectată de toată lumea, frumoasă și divorțată care s-a dedicat în totalitate muncii, mi-a spus cu o ironie amară: *„Am avut un soț atât de bun, încât, trăind cu amintirea lui, nu-mi mai trebuie altul"*. Răutatea apărută în urma acumulării ambelor frici, a lui și a ei, le-a distrus viața. Soțul a devenit un alcoolic cronic.

O soție geloasă își extenuează și ea soțul și continuă să cultive gelozia, în loc să se elibereze de ea.

Sclavia iubirii

Frica *nimeni nu mă iubește* atrage, pentru cel care o are, suferințe menite să-i demonstreze că nu este iubit. Cum altfel ar putea să simtă că nu este iubit?

Frica *nimeni nu mă iubește* îl face pe om să cerșească umil iubirea, indiferent a cui și indiferent cum. El se supune celor mai necruțătoare înjosiri. Istoria este plină de cazuri de înjosire a femeii. Feministele contemporane au ho-

tărât să se răzbune. Greșeala aparține ambelor părți. Indiferent de sex, starea de umilință rămâne o stare de negativitate. Eliberarea de ea îl va elibera pe om de umilință.

Oamenii buni și inimoși se umilesc în fața partenerului lor de viață, a copiilor, prietenilor, rudelor. Din nevoia uriașă de a face bine, ei devin slugi, sclavi, servili

Aflat într-o astfel de situație, un om cu simțul propriei demnități se va mira și va încerca să o oprească pe sluga care se tot umilește. Ar putea să facă un gest de dezaprobare, dar iritarea provocată de acest gen de servilism rămâne. În același timp, sclavul iubirii va cădea în disperare și îl va învinui pe celălalt că nu are nevoie de iubirea lui, fiindcă nu i-o acceptă. În cazul lui va apărea un amalgam de gânduri, va descoperi că este urât, că este slab, că nu e demn de a fi un partener, că e bătrân, prost și alte o mie de gânduri care îi umilesc demnitatea. Va încerca din toate puterile să se îndrepte, va începe să-și ofere cu înflăcărare serviciile și nu va vedea că celălalt a luat o poziție de apărare – cine are nevoie de un astfel de bine? Urmează reproșurile sclavului ale cărui eforturi, după părerea lui, nu au dat roade.

Femeile își manifestă nefericirea într-un mod aparte, întrucât femeia iubește cu urechile și ea vrea să audă că este apreciată. Bărbații iubesc mai mult cu ochii și de aceea ajung mai târziu la punctul critic al stresului lor.

Femeia modernă acordă o importanță foarte mare aspectului său exterior, ea satisface nevoia bărbatului de iubire cu o iubire la nivel fizic și abia la bătrânețe bărbații recunosc că au fost amăgiți. Bărbatul modern își provoacă el singur această amăgire preamărind iubirea fizică. Cu cât este mai intensă dorința lui de a părea un intelectual, cu atât există mai multă spoială exterioară și mai puțină ome-

nie, disimulată şi ea, sexualitatea fiind o parte integrantă. Un om natural, adevărat nu are nevoie de sexologie. Doar intelectualul simte nevoia să rumege artificial această înțelepciune naturală. Din păcate, înlocuitorul este totdeauna frumos pe dinafară, dar este lipsit de viață.

Frica *nimeni nu mă iubeşte* îl împiedică pe om să ofere adevărata iubire şi să primească adevărata iubire. Până când ambele părți nu vor înțelege acest lucru, relațiile sexuale vor rămâne lipsite de spiritualitate.

Exterminarea fricii

Fără iubire viața îşi pierde sensul. Lipsa de sens te împinge spre pahar. Aşa se îneacă durerea sufletească provocată de lipsa iubirii, fiindcă oamenii nu ştiu să se elibereze de ea şi, dacă se întâmplă, este deja prea târziu, nimic nu mai are sens.

Alcoolul este mijlocul cel mai accesibil pentru înăbuşirea durerii sufleteşti. Oamenii care îşi îneacă suferința în alcool nu înțeleg că îşi distrug demnitatea. Beția este frica şi refuzul de a vedea în jur *frumosul*, fiindcă pentru cel care bea totul este rău. Dimineața, după o beție cruntă, demnitatea lui lezată îl împinge să se amețească în asemenea hal încât să uite de umilință şi de cei care l-au umilit. Corpul îl ajută să atingă acest scop prin distrugerea celulelor creierului. Şi astfel, de frică apare pe nesimțite răutatea față de sine şi față de ceilalți.

Frica *nimeni nu mă iubeşte* ne oferă diferite lecții de viață. De exemplu, soțul se grăbeşte să ajungă acasă să-i spună alesei inimii lui că o iubeşte, dar, în pragul casei simte cum i se opresc cuvintele în gât sau, chiar dacă le-a spus, ele nu mai au nici urmă de tandrețe şi forța iubirii a dispărut. Cel mai adesea, cel care vine este bărbatul, cel care aşteaptă – este femeia.

Soțul a uitat că până mai ieri se grăbea să plece de acasă, fiindcă atmosfera din familie îl apăsa, îl copleşea, îl exaspera, îi provoca depresie. Acum are nevoie de iubire şi de aceea vine iarăşi şi iarăşi după ea. El vrea ca soției să-i fie bine fiindcă atunci îi va fi bine şi lui, dar nici acest lucru nu ştie să-l înțeleagă. Nici el, nici ea nu sunt capabili să se elibereze de frică. În cel mai bun caz, el o dojeneşte pe ea spunându-i: *tu nu te menajezi, de ce te extenuezi, se poate trăi şi altfel* ş.a.m.d. Sau ea îi spune lui acelaşi lucru.

Aceste cuvinte, presupun ei, sunt o dovadă de tandrețe şi, deci, de iubire. Şi oricum ai da-o, nu este aşa - femeia modernă aşteaptă cuvinte mari şi frumoase, dar intuieşte imediat nesinceritatea. Cuvintele care nu-şi ating scopul devin false şi atunci nici cel care le spune, nici cel care le aude nu se simte în largul lui. Obstacolul în calea gândurilor bune, cuvintelor şi faptelor îl constituie zidul fricii. Cel care le spune, îşi simte neputința, iar cel care ascultă – inutilitatea. În consecință apare frica de a se exprima prin cuvinte. Apoi apare o nouă frică, de neînvins – *mai bine nu deschid gura, oricum o să trântesc ce nu trebuie*. Iubirea este rănită, dar încă mai rămâne. Se îngrozeşte la gândul că ar putea să o piardă şi mâna i se duce spre sticla de băutură. Este calea spre autodistrugere. Dacă nici sticla nu-l ajută, şi curând n-o să-l mai ajute să-şi înăbuşe durerea sufletească, atunci recurge la calmante sau chiar la droguri.

Astfel de oameni spun că trăiesc pentru ceilalți, dar nu văd că, distrugându-se pe ei, provoacă celorlalți durere sufletească. Şi dacă le spui, te vor săgeta cu o privire cruntă, de răzbunare. Alcoolul le dă posibilitatea să verse din ei, deschis, fără nicio ruşine, tot ce simt şi să mai şi insiste cu prostiile lor de om beat. La drept vorbind, e bine că omul a putut să spună ce are de spus. În discuții, bețivul rosteşte adevărul lui. În felul acesta, el îşi învinge frica *„nu mă place lumea când sunt cinstit."* Frica *nimeni nu mă iubeşte* îl împiedică pe om să fie sincer.

Cine a reuşit să învingă această formă de autoamăgire prin alcool sau cine a trecut prin coşmarul bahic, se îngrozeşte, devine de la început sclavul iubirii. Un astfel de om se teme să nu se autodistrugă. În dorința de a fi pe placul cuiva începe să se ploconească, să fie grijuliu, să fie slugarnic.

Unul autoritar va privi cu un zâmbet superior la toată această agitație şi se va lăsa slugărit, fără să dea vreun semn de recunoştință. Îi place slugărnicia sclavului, îi place să-l mângâie pe cap cu condescendență, când are chef, şi cu toate astea va simți că îl dispreţuieşte. Nici el nu înțelege că prin asta face rău. Ar putea el să-şi îndrepte greşeala, dacă celălalt nu se pricepe, dar nu ştie cum s-o facă. În realitate el dispreţuieşte pe omul însuşi, nu situația în care se află acela - care este nenaturală; dispreţul lui este adresat celui care se umileşte. Fără să-şi dea seama, stăpânul vrea să iasă din această situație, care îl umileşte şi pe el, fiindcă îl face slab, dar o face călcând în picioare demnitatea sclavului. Cum o va face, în gând, prin vorbe sau fizic – depinde de împrejurare. Până când stresurile nu vor fi eliberate, rezultatul va fi, categoric, contrar celui aşteptat.

Este imposibil să-i dai sclavului iubirii, fie el femeie sau bărbat, atâta iubire câtă îi trebuie, fiindcă el trebuie să simtă că nu este iubit.

Iubirea înseamnă libertate, nu posesiune.
Iubirea este binecuvântare şi nu sclavie.

Indiferent de gradul de sclavie, când frica servilă că *nimeni nu mă iubeşte* creşte, omul se înverşunează şi devine capricios. Orice frază ar spune, ea sună teatral şi umil şi provoacă enervare. Dacă te roagă: *„Dă-mi să beau"* îți vine să-i răspunzi: *„Nu-ți dau"*.

La un astfel de comportament, celălalt începe să tune şi să fulgere, întrucât un om care nu suportă înjosirea şi pe cei care se înjosesc, nu este în stare să se stăpânească într-o atare situație. Sau, de exemplu, dacă îi oferi din toată inima o mâncare gustoasă unui sclav capricios, el va lua o fărâmitură căzută pe masă, vrând să spună prin toată atitudinea lui: *„Ei, crezi că mie îmi trebuie aşa mult?"* Indiferent dacă aceste cuvinte le spune cu voce tare sau nu, ele vor avea efect şi celuilalt i se va strica dispoziția. Tensiunea va continua să crească.

Totdeauna, un om capricios poate să spună: *„Eu n-am spus nimic rău, iar el, vezi, s-a supărat. Eu nu mai am dreptul nici măcar să spun un cuvânt sau să fac ceva!"* Astfel, încetul cu încetul frica *nimeni nu mă iubeşte* se transformă într-o armă.

Răutatea pe autoumilință, fiindcă nu a realizat nimic cu ajutorul ei, îl determină acum să se înjosească şi să meargă să se milogească cu spinarea îndoită. De unul singur nu o scoateți la capăt. Înjosindu-vă, ați distrus relațiile umane normale şi l-ați enervat pe celălalt. Acum trebuie să

îi cereți ajutorul. Ar fi fost însă mai bine să cereți iertare greşelilor voastre.

Recent, la o conferință, un bărbat m-a întrebat cu un zâmbet ironic: *„Ce mai e şi asta – frică?"* Întregul auditoriu a trebuit să afle că există pe lume un om care nu cunoaşte acest sentiment. De fapt, el şi-a dat la iveală frica lui *că cineva se îndoieşte de curajul meu.* Superioritatea lui dispreţuitoare a vorbit de la sine. Cu un astfel de om să nu pleci la drum. Bravura de faţadă este întotdeauna susţinută de alcool. Şi acest bărbat nu era nici el o excepţie.

Un bărbat rău este un bărbat slab. Lui nu trebuie să-i încredinţezi o treabă importantă. Este posibil, de exemplu, ca în cel mai critic moment el să moară de răutate şi treaba importantă să rămână neterminată. Acest adevăr se referă şi la femeile rele.

Dragi sclavi ai iubirii! Iertaţi-vă spaima că *nimeni nu vă iubeşte* şi atunci ea vă va părăsi. Voi înşivă aţi cultivat-o până la nivelul de răutate şi ea nu se simte bine dacă o ţineţi în captivitate. Dacă nu există frica *nimeni nu mă iubeşte,* nu există nici frica *iubirea mea nu este acceptată.*

Învăţaţi să iertaţi corect

Iertarea este unica forţă eliberatoare din Univers. Iertarea adevăratei cauze îl eliberează pe om de boli, de greutăţile vieţii şi de alte lucruri rele.

Cum să iertăm? Este mai greu decât aţi presupus? Nu-i nimic, vom învăţa!

1. Dacă cineva mi-a făcut un rău, îl iert că a făcut acest lucru, şi mă iert şi pe mine că am atras în mine acest rău.

2. Dacă eu i-am făcut cuiva vreun rău, îl rog să mă ierte şi mă iert şi pe mine că am făcut acest rău.

3. Întrucât i-am provocat suferinţe corpului meu, făcându-i eu rău altuia sau permiţându-i altuia să-mi facă mie rău, în oricare dintre cazuri cer totdeauna iertare corpului meu pentru că, prin asta, i-am dăunat.

Toate acestea pot fi rostite sau spuse în gând. Important este să fie din suflet. Aceasta este cea mai simplă iertare.

De obicei, oamenii o înţeleg, fără prea mari eforturi, deşi pentru unii a-ţi cere ţie iertare este un obstacol greu de învins. A cere iertare unei părţi concrete a corpului, de exemplu mâinii tale, pare un lucru ciudat. *„Este treaba mea dacă mi-am provocat un rău sau nu"*, - spun unii, deşi au în corpul **lor** un focar de boală.

Dacă vi se pare acceptabil doar să iertaţi pe cineva şi să vă cereţi iertare de la cineva atunci întrebaţi-vă: *Cine sunt eu şi cine este el?"*

Eu îmi aparţin mie dar, în egală măsură, aparţin Unităţii Divine. La fel ca oricare alt om. Prin aceasta, corpul meu este, concomitent, al meu şi al Unităţii Divine. Eu nu am dreptul să-l distrug. Deşi corpul meu este al meu, eu nu sunt proprietarul lui.

Străduiţi-vă să vă eliberaţi spiritul de gândirea materialistă. Pentru aceasta cereţi-i iertare gândirii dumneavoastră că face colecţie de dogme. Uneori este foarte greu să ierţi pe cineva, alteori chiar imposibil, fiindcă v-a provocat multă durere.

Deşi învăţătura lui Hristos despre mântuire nu este nouă, este totuşi nou înţelesul său profund şi de aceea este nevoie de o explicaţie suplimentară.

Învăţătura despre iertare poate fi abordată după următoarele principii:

- Tot ceea ce îmi provoacă mie rău se află în legătură directă cu mine printr-o legătură energetică invizibilă. Dacă vreau să mă eliberez de rău, trebuie să eliberez ambele capete ale legăturii. Aceasta se face prin iertare.
- Omul atrage ceea ce are deja în el.
- Dacă are în el binele, trebuie să apară cineva care să-i facă bine. Dacă are în el răul, trebuie să apară cineva care să-i facă rău.
- Cel care vine, îmi dă o lecţie de viaţă. El este un fel de executant al lucrării la comanda mea. Eu vreau şi el va veni.
- Toată negativitatea care se află în om, şi pe care el n-a ştiut s-o elibereze cu inteligenţă - cu ajutorul iertării, este o lecţie de viaţă care a rămas neînvăţată. Prin urmare, ea va trebui învăţată prin suferinţe. Pentru aceasta, trebuie să apară persoana sau situaţia care să-i provoace suferinţe.
- Iertarea este însoţită de conştientizare. Conştientizarea înseamnă înţelepciune.
- Omul rămâne un ignorant atâta vreme cât vede cauza răului în alţii.

Pe scurt, în formă schematică, formula iertării este următoarea:

1. Eu te iert, gândule rău, că ai pătruns în mine.

2. Iartă-mă, gândule rău, că n-am înțeles că tu ai venit să mă înveți să devin mai înțelept și nu m-am gândit că trebuie să te eliberez. Te-am făcut prizonierul meu și te-am cultivat.

3. Iartă-mă, corpule, că ți-am pricinuit un rău cultivând gândul rău.

Naşterea fricii

De unde începe frica omului acestei civilizații?

Cândva, în trecut, la o străbunică a apărut dorința de a-și domina bărbatul. Acela a fost începutul materialismului, începutul supremației femeii care a făcut din om un obiect.

Soarta omenirii este predeterminată de Dumnezeu. Materialismul este o lecție necesară, numai că ar fi fost

mai bine ca învățarea ei să fie mai puțin dureroasă. Materialismul a vrut să ne facă mai înțelepți, el a dovedit clar că înțelepciunea ca ansamblu este un lucru bun, dar creierul uman nu este în stare să întreacă legile Divine ale naturii.

Omul nu poate și nu i-a fost dat să-L domine pe Dumnezeu. Nimeni nu are dreptul să domine pe nimeni. Legăturile dintre soți nu trebuie să fie niște lanțuri înrobitoare. Și dacă sunt lanțuri, atunci ele provoacă totdeauna revoltă, adică răutate.

Numai libertatea îi oferă omului posibilitatea să fie el însuși. Un om liber este un om bun. Omul contemporan este prizonierul propriilor sale stresuri, dar el se consideră prizonierul altor oameni, situații, condiții etc. El caută vinovați, îi găsește și îi învinovățește și totuși viața devine din ce în ce mai grea.

Conform voinței lui Dumnezeu, bărbatul este capul, iar femeia gâtul. Amândoi au drepturi și îndatoriri minunate de care ar fi trebuit să se bucure. Și mai ales să înțeleagă că locul lor este exact acolo unde este. Și că, pentru a ne însuși lecțiile de viață, noi înșine ne-am ales acest corp împotriva căruia ne revoltăm acum.

Supremația fizică a bărbatului asupra femeii este o mare greșeală, dar o și mai mare greșeală a civilizației moderne o constituie dominația spirituală a femeii asupra bărbatului. Puterea poate fi învinsă numai prin supremația forței, adică prin constrângere. Simțind o amenințare la propria lui siguranță, bărbatul recurge la violență, chiar înainte de a apărea un pericol real.

Cauza constrângerii, caracteristică astăzi sexului masculin, o constituie materialismul.

Omenirea contemporană are de însuşit următoarea lecţie: *„ce-ar fi dacă gâtul ar fi deasupra capului?"* Când gâtul vrea să se situeze mai sus decât capul, un astfel de corp deja nu mai este sănătos. Corpul = familie = omenire este acelaşi corp care a fost creat după legile Divine, simbolic vorbind. Dacă însă ne supunem legilor create de om, acestea fiind contrarii celor Divine, corpul se distruge. Dar aşa a vrut femeia. Cu timpul această dorinţă a crescut şi devine din ce în ce mai puternică.

Materialismul înseamnă dominaţia femeii.

Majoritatea femeilor, cât şi a bărbaţilor, este ferm convinsă că *vinovată este partea adversă.* Pentru a argumenta convingător dreptatea proprie se aduc mii de exemple din viaţă şi mare este dezamăgirea nefericitei victime când nimeni nu-şi găseşte o clipă de răgaz pentru a o asculta.

Cine doreşte cu orice chip să domine, se înfurie dacă i se spune: *„Nu există nici rău, nici bine. În orice rău există un bine şi în orice bine există un rău. Trebuie doar să-l căutaţi. Tot ceea ce îi pricinuieşte omului suferinţă este atras de el însuşi printr-o gândire eronată. Corectaţi-vă gândirea, eliberaţi-vă de răutate şi tovarăşul de viaţă se va schimba. Se va schimba cu siguranţă".*

Majoritatea celor care se înrăiesc nu pot să creadă acest lucru, căci ei s-au obişnuit să obţină totul prin forţă. Mulţi dintre ei sunt în aparenţă formidabili, compătimesc pe toată lumea, militează mereu pentru dreptate şi totuşi nu pot nicicum să-şi pună ordine în viaţă.

Un om care gândeşte corect, nu face experimente pe alţii, el îşi va organiza în primul rând propria viaţă – şi

acest lucru va fi o garanţie pentru corectitudinea vieţii sale şi pentru a celorlalţi, care nu au încredere.

Unii oameni se tem că fiecare cuvânt al meu va suna ca o învinovăţire. Alţii se revoltă în mod absurd sau o iau la fugă, presupunând că discuţia ar putea să se încheie neplăcut. Marea majoritate a oamenilor se străduieşte să rămână din politeţe până la sfârşitul consultaţiei şi se chinuie până descoperă cu stupoare că în faţa lor nu se află nicidecum un procuror, ci un om care vrea să-i ajute. Iată însă că acest ajutor se deosebeşte de cel obişnuit, întrucât prin ajutor se subînţelege de obicei un serviciu concret, palpabil.

În diversele noastre vieţi noi suntem atât bărbaţi cât şi femei. În felul acesta materialismul constituie o lecţie de viaţă pentru întreaga omenire. Noi am vrut să aflăm ce va fi dacă încălcăm legile naturii şi ne lăsăm conduşi de lucruri.

Dorinţa de a domina, de a fi mai presus decât alţii, te lipseşte de raţiune şi îmbolnăveşte trupul. Acest lucru se referă şi la cel care domină şi la cel care permite să fie dominat. Oriunde s-ar întâmpla acest lucru – acasă, la şcoală, la serviciu, în cercul de prieteni sau la competiţiile sportive, nemaivorbind de duşmani – întotdeauna suferă ambele părţi. Suferă însă de două ori mai mult cel care îi domină pe ceilalţi.

Pierderea instinctului matern primordial

Din momentul în care străbunica a dorit să domine bărbatul, ea şi-a pierdut instinctul matern. Ce înseamnă acest lucru?

Când străbunica s-a culcat cu soţul ei, ea a conceput un copil. Acest lucru a avut loc la nivelul instinctual şi copilul, care, simbolic, a trecut pragul vieţii sale, a fost primit cu dragoste. După cum se ştie, spiritul este „ego". „Ego"-ul are două laturi – sentimentul propriei demnităţi şi egoismul. Fiecare spirit are nevoie să fie iubit şi, deci, să fie întâmpinat, să fie invitat să trăiască.

Odată cu pierderea instinctului matern de către străbunică a apărut sexul şi mama care practică sexul, nu ştie când concepe copilul. Acesta, trecând pragul vieţii sale, primeşte toate problemele de viaţă care s-au acumulat la părinţi până în acel moment, întrucât forţa emoţiilor negative o constituie viteza lor. Răul este întotdeauna mai iute de picior.

Spiritul copilului este esenţa iubirii –sinceră, curată şi veşnică. Fiind totuşi gingaş şi uşor de rănit, el începe imediat să simtă că nu este iubit, întrucât nimeni nu-i spune: *„Te iubesc. Vino să creşti spre bucuria vieţii"*. Majoritatea oamenilor aduc cu ei dintr-o viaţă anterioară frica *nimeni nu mă iubeşte.* Cine a luat-o cu el, a venit să o elibereze în această viaţă.

Cui i s-a dat mai mult, de la acela se şi cere mai mult. La străbunică raţiunea era dezvoltată mai puţin, la mama contemporană ea s-a dezvoltat considerabil mai mult şi, ca

atare, mama contemporană trebuie să facă totul şi mai conştient.

Pe parcursul întregii perioade de sarcină, mama din ziua de azi face o greşeală, ne înţelegând faptul că alături de ea se află un mare spirit care aude tot, vede tot, înţelege tot. Şi vrea să înveţe lecţiile acestei vieţi fizice. El va fi nevoit să o facă, din nou, prin suferinţe, deşi ar fi trebuit s-o facă prin învăţare – venise vremea.

Primul şi cel mai important învăţător este mama

Datoria fiecărui învăţător în faţa lui Dumnezeu este de a-i învăţa pe alţii adevărata înţelepciune. Omul contemporan materialist este lipsit de adevărata înţelepciune şi de aceea munca de învăţător este foarte grea.

Spiritul, sufletul şi corpul trăiesc după legile naturii. Dacă raţiunea noastră înţelege greşit viaţa, suferă corpul. Cine învaţă greşit, trage în el sentimentul vinovăţiei care provoacă nervozitate, lipsa de încredere, tendinţa de a căuta greşelile la alţii. În final, ca întotdeauna, orice stres se acumulează şi se transformă în răutate.

În calitatea sa de învăţător, mama trebuie să aibă priceperea de a învăţa corect în numele său şi al generaţiilor viitoare. În numele vieţilor sale viitoare şi ale copiilor săi. Gândul fiecărui om are putere, iar gândul mamei este cel mai puternic. Legătura invizibilă cu mama – ombilicul eteric – va exista veşnic. De aceea tot ce provine de la mamă se transmite instantaneu copilului şi rămâne în el atâta timp cât mama este în viaţă. Dacă mama îşi va pune în ordine viaţa ei sufletească, copilului nu trebuie să-i ceară

nimic, sufletul lui este liniştit. Acest copil îşi trăieşte viaţa corect şi rodnic.

Reguli pentru fiecare mamă

– **Fiecare mamă** trebuie să ceară iertare copilului său pentru că:

1. În momentul conceperii nu l-a chemat cu iubire la viaţă. N-a văzut în spiritul copilului un egal al său căruia să-i spună cu tandreţe că îl iubeşte. Când a simţit că este însărcinată, nu şi-a corectat greşelile, nu s-a priceput nici atunci să vadă copilul şi să comunice cu el. Adesea, mama modernă naşte copiii pentru cineva (de exemplu pentru soţ) sau de dragul unui scop (de exemplu de dragul prestigiului), copilul, însă, nu este un obiect şi nici un mijloc. Cea care naşte copilul ca un mijloc pentru a-şi realiza un scop şi ea însăşi îşi cultivă gânduri neproductive, va avea parte de un mijloc neproductiv, chiar de la naştere.

2. În timpul gravidităţii nu i-a explicat copilului gândurile, cuvintele sau faptele negative şi nu şi-a cerut iertare.

3. Nu înţelege că pruncul se naşte singur, bazându-se pe forţele tatălui şi aşteaptă de la mamă doar să-l cheme cu iubire şi să fie pregătită să-şi deschidă căile facerii. Copilul aşteaptă de la mamă doar: *„Te iubesc! Te aştept!”* Şi el vine, fiindcă nu poate să nu răspundă la chemarea plină de iubire a mamei.

4. La naştere, în loc de iubire i-a transmis copilului stresurile sale şi în el s-a fixat deja frica *nimeni nu mă iubeşte*.

– **Fiecare mamă** trebuie să se ierte că n-a ştiut toate aceste lucruri şi că nu le-a făcut. Toate greşelile necorectate se aşează în inima mamei sub forma unui inexplicabil sentiment de vinovăţie.

– **Fiecare mamă** trebuie să-şi ceară iertare corpului său pentru răul pe care i l-a provocat prin aceste greşeli.

– **Fiecare mamă** trebuie să ceară iertare copilului său pentru faptul că nu a ştiut să-i lămurească cele mai importante adevăruri:

- **Fiecare întreg constă din bine şi din rău. Din cauza răului am venit pe această lume, întrucât numai prin rău învăţăm. Binele doar echilibrează răul, şi binele este răul pe care ni l-am însuşit în vieţile anterioare. Binele ne face mai puternici, iar răul ne poate face mai înţelepţi**
- **Pentru bine omul are sufletul, iar pentru rău – raţiunea.**
- **Cel care primeşte binele cu inima, acela are forţă.**
- **Cel care primeşte răul cu raţiunea, acela are minte.**

Iertaţi-vă mama că nu v-a învăţat aceste lucruri şi însuşiţi-vă aceste adevăruri importante.

Iertaţi-vă mama pentru nepriceperea ei. Noi toţi am venit să învăţăm cum să învăţăm.

Neştiinţa nu este un păcat. Păcatul este incapacitatea de a ierta.

Copilul este oglinda familiei, vor sau nu vor părinţii. Şi fiecare copil de astăzi ar trebui să ierte toate astea mamei lui. Şi atunci nu va mai fi disperat că părinţii nu-l iubesc. Nu este o simplă plângere de copil, este o durere sufletească adevărată. Atunci când părinţii te iubesc pentru că eşti al lor, asta te doare totdeauna. De aici vine ostilita-

tea automată a mamei, ostilitate împinsă până într-acolo încât se miră şi copilul.

Multe mame îmi răspund foarte dur: *"Eu am aşteptat copilul şi l-am iubit. Să nu mă jigniţi! Eu ştiu ce fac. Îmi cunosc mai bine decât dumneavoastră sentimentele! Am suferit atât de mult la naşterea lui!"* Unor astfel de mame, şi mai rar taţilor, nu-mi rămâne decât să le răspund astfel: *„Scuzaţi, aţi greşit adresa, se pare că vorbim fiecare pe limba lui."* Asemenea părinţi s-au obişnuit să primească tot ce doresc. Copilul lor nu poate fi ajutat înainte ca ei să se deştepte. Fiecare părinte trebuie să ştie că i-a dat copilului viaţă şi că bolile copilului provin din cauza greşelilor lui.

Pentru copilul contemporan este tipică următoarea frază: *„ştiu că părinţii mă iubesc, dar nu simt acest lucru, simt exact pe dos, că nu mă iubesc. Mă bagă în seamă doar atunci când trebuie să dea vina pe cineva. Pentru mine există doar interdicţii, ordine, pretenţii şi asta mă doare foarte tare."*

Dacă el învaţă să fie deschis şi sincer cu o mamă deschisă şi sinceră, nu se va teme să rămână la fel în faţa întregii lumi şi este nevoie să fie învăţat în mod special să se respecte pe sine însuşi.

Chakra deschisă a comunicării este puntea de legătură între iubire şi capacitatea de a raţiona.

Nivelul raţiunii este nivelul fizic. Nimeni nu iubeşte la ordin. Toţi părinţii ştiu să ceară unii de la alţii şi de la copii să fie iubiţi, dar nu înţeleg că propria lor iubire nu încălzeşte inima nimănui. Imaginaţi-vă o mamă căreia îi este teamă că *„nimeni nu mă iubeşte"*. Ea se găseşte în spatele

zidului propriei frici – iubeşte, se chinuie, deznădăjduieşte, întrucât simte că totul se întâmplă altfel decât ar fi dorit, dar toate bunele ei intenţii se lovesc de un zid. O astfel de iubire nu hrăneşte nici sufletul, nici corpul, fiindcă ea nu e deloc iubire.

Când copilul vede că tot timpul mama se supără şi se enervează, la cea mai mică neplăcere el îşi va lua jucăria şi se va duce la o altă groapă de nisip fiindcă a fost jignit. El se învaţă să vadă jignirea în oameni şi nu în ofensa însăşi. Când pe copil îl necăjesc cei de vârsta lui, de fapt viaţa încearcă să-l înveţe să se descurce. Dacă mama se amestecă într-o astfel de scenă, dorind cu înfocare să-i pedepsească pe cei care l-au jignit, atunci un astfel de copil devine o fiinţă plăpândă căruia viaţa îi va provoca multe neajunsuri.

Cel mai mare apărător al copilului este de obicei mama, care, prin modul ei necorespunzător de a-l educa, îi face mai mult rău. Nici unul din ei nu ştie să înţeleagă corect viaţa, dar copilul este nevoit să sufere mai mult, întrucât viaţa continuă.

Învăţătura mamei constituie cea mai importantă învăţătură din viaţă. Mama formează caracterul copilului.

Despre izvorul secat

Sufletul femeii este izvorul iubirii, sufletul bărbatului nu are acest izvor. Bărbatul este izvorul forței.

Femeia este principiul care dăinuiește. Ea simte nevoia să poată dărui, măcar pe ea însăși, indiferent cum îi spunem, dăruire de sine, sacrificiu de sine, pierdere sterilă de forțe sau oricum altfel. În orice caz, dacă nu este capabilă să ofere, energia ei se va concentra într-un nor negru, amenințător, de furtună. Dacă ar ști să-și înțeleagă esența neliniștii ei interioare și să se elibereze de frica „*nimeni nu mă iubește*" (înverșunarea că nu este remarcată sau că, după părerea ei, nu este înțeleasă, protejată, iubită, respectată, prețuită pentru devotamentul și spiritul ei de sacrificiu, etc. – și toate din frica „*nimeni nu mă iubește*"), nu s-ar mai autoumili.

Femeia care, umilindu-se, speră că soțul va începe să o iubească, ar trebui să știe că autoumilirea atrage umilința și va fi umilită și în continuare, chiar dacă acest comportament nu este caracteristic pentru bărbați. Ea nu pune la socoteală umilința și acesta este stresul ei. Ea n-ar trebui să facă din ea o prostuță smerită, chiar dacă este suficient de deșteaptă ca să știe că bărbaților le plac femeile slabe (ca temperament) Dacă face așa, să fie pregătită pentru urmările unei astfel de înșelăciuni.

Femeia care iubește cu curaj nu încearcă să se poarte cu o superioritate de bărbat față de problemele esențiale – ea este doar o femeie. În fața feminității ei oamenii se vor înclina cu respect și îi vor ierta dezordinea din casă.

Dacă femeii nu i-ar fi frică, ea nu ar exagera cu grija ei, nu i-ar sâcâi pe soț și pe copii, nu s-ar irosi în van. Bărbatul nici nu observă casa strălucind de curățenie, dacă soția, istovită și plânsă, îl așteaptă în prag cu reproșuri. O casă sterilizată, de o curățenie exemplară, creează în casă, ca orice altă exagerare, doar tensiune.

Priviți reclamele în care apare o femeie frumoasă care, prin frumusețea ei, înfrumusețează dezordinea din jur. Chipul ei radios ar vrea parcă să spună: „*O să strâng totul imediat. Am vrut mai întâi să te văd și să-ți spun că te iubesc*".

Dacă femeia nu s-ar teme că *nu este iubită,* atunci ea ar fi iubită și viața ar iubi-o și ea, deoarece o altă posibilitate pur și simplu nu ar exista! I-ar dispărea nevoia să-i fie teamă că *nu este iubită*, nu iar mai fi frică, nu i-ar mai trebui să învețe prin suferințe – căci ea și-a iertat frica și prin aceasta a devenit mai înțeleaptă.

Bărbatul, prin natura lui, este partea care primește. Dacă omenirea ar fi înțeles corect acest lucru, ar fi încetat să mai manifeste nevoi iraționale și zadarnice. Dacă pretindem sentimente de la un bărbat, asta înseamnă dominare, și orice manifestare a puterii își arată partea negativă, care provoacă cel puțin un refuz.

De unde nu este nimic, nici nu ai ce lua. În esența sa, iubirea bărbatului este forța care i se oferă iubitei. Bărbatul își oferă forța, dar se închide în el dacă femeia începe să aibă pretenții. Nu trebuie învinovățit pentru asta – se petrece inconștient. De aceea este nevoie ca oamenii – atât femeia cât și bărbatul, pe cât posibil, să se cunoască profund atât pe sine cât și sexul opus.

Dacă bărbatul şi-ar ierta teama că *nu este iubit*, atunci subconştientul lui sau capacitatea de a raţiona s-ar deschide. El şi-ar putea privi cu înţelegere soţia atunci când ea ar pretinde ceva, după părerea lui lipsit de sens sau imposibil; el nu s-ar mai simţi vinovat şi nu s-ar mai înrăi. Atunci bărbatul ar înceta să se salveze fugind de propria soţie şi alegând calea autodistrugerii.

Claritatea minţii de bărbat i-ar oferi chiar lui posibilitatea să meargă primul înainte, aşa cum a fost predeterminat de către natură.

În felul acesta, bărbatul şi-ar restabili partea lui de divinitate, forţa lui primară, atotbiruitoare. Este acea forţă la care visează atât bărbaţii cât şi femeile. Omenirea se zbuciumă să caute această forţă fără să înţeleagă că ea nu este o utopie, că nu este trecutul pe care l-a pierdut de mult – este pur şi simplu forţa pe care ea o ţine captivă. **Energia ţinută în captivitate este totdeauna negativă pentru că ea nu circulă**

Femeia este subiectul care dă. Bărbatul este subiectul care ia. În limba estoniană există expresia: bărbatul „ia de nevastă", femeia „se duce după bărbat"

Bărbatul ia atunci când femeia este pregătită să dea. Numai cu această condiţie poate începe o viaţă în comun; acest adevăr de viaţă nu este însă înţeles.

Izvorul prestabileşte totul. Dacă cel care vine la izvor, nu ştie să-i păstreze puritatea şi intră fără jenă cu picioarele în apă, apa se va tulbura şi nu va mai fi bună de băut. Când vine a doua oară, izvorul poate să-i ofere doar mâlul de pe fund şi el trebuie să aleagă – fie să moară de sete, fie să caute un alt izvor. Dar prin simplul fapt că el există, izvorul a atras deja pe cel însetat, căci nu întâmplător omul şi-a făcut potecă spre el.

Natura dăruieşte iertare. Acest rege trufaş al naturii, care a intrat cu picioarele în izvor, moare acum de sete. El vede că şi-a făcut rău lui însuşi. Acum se înarmează cu răbdare şi aşteaptă ca apa să se limpezească.

Când se apleacă să bea apă şi îşi priveşte chipul reflectat pe oglinda apei, când aude murmurul care îi învigorează sufletul, înţelege şi nu va mai uita niciodată. Acest izvor i-a dat altceva, mai mult decât apă.

Femeia care nu ştie sau nu vrea să-i dea celui însetat să bea până când îşi potoleşte setea, nu va deveni niciodată izvorul vieţii veşnice. Bărbatul care vine în grabă, doar să bea, nu va primi niciodată apă curată.

Dacă din izvorul feminin şi matern curge o iubire care nu duce nicăieri, izvorul se va înfunda şi în spatele zidului de frică iubirea se va transforma cu timpul într-un vulcan furios care ameninţă să erupă în curând.

Ca orice negativitate, răutatea posedă o forţă nimicitoare şi străpunge orice zid.

Soţul şi copiii, având nevoie de iubire, sunt nevoiţi mereu să treacă prin zid, provocându-şi durere lor şi nu numai lor, şi totuşi nu obţin iubirea care i-ar hrăni necontenit. Senzaţia de iubire apare atunci când oamenii se îmbrăţişează, adică se află unul în biocâmpul celuilalt. Dar întrucât acest lucru nu se întâmplă mereu, dezamăgirea se amplifică.

Bărbaţii (şi fiii) intră în stare de criză şi caută o ieşire. Ei:

– se dau la o parte dezamăgiţi şi deja nu mai vin cu o privire strălucitoare să mângâie şi să fie mângâiaţi,

– se închid în ei şi sunt acuzaţi că nu iubesc, că nu sunt grijulii, că sunt nepricepuţi etc.

– pleacă să-şi înece amarul în alcool, dar de fiecare dată criza sufletească doar se adânceşte;

– încearcă să schimbe situaţia prin fapte bune după părerea lor dar nu primesc răspuns;

– devin narcomani ca să-şi distrugă în totalitate capacităţile mentale;

– se adresează psihiatrilor şi îşi înăbuşă chinurile sufleteşti cu medicamente;

– cedează, îşi pierd orice curaj şi receptivitatea faţă de mediul înconjurător;

– se afundă în activităţi infracţionale întrucât frica – *nimeni nu mă iubeşte* - s-a transformat în răutate înverşunată;

– vin să-şi ia ce este al lor prin brutalitate;

– se duc să caute un nou izvor de iubire, dar nu îl găsesc, întrucât cauza iubirii neîmpărtăşite rezidă în ei înşişi şi nimeni altcineva nu poate să o îndepărteze. Cu timpul, acest sentiment se accentuează, apoi se atenuează, devenind tristeţe neputincioasă, amărăciune, răutate.

Pentru a ieşi din această criză fiecare bărbat are propria sa cale, dar fără eliberarea stresului nu va obţine liniştea sufletească. Ar putea să se prefacă, să afişeze o stare bună, deşi jocul nu este bun, dar corpul lui nu va suporta mult timp acest lucru. Bărbaţilor nu le plac spectacolele proaste.

Despre cel care dă şi cel care ia

Fără iubirea femeii bărbatul nu poate trăi. Fără iubire nu există viaţă. Aceasta este o lege a naturii, şi aici restricţiile feminine sunt neputincioase.

O femeie dezamăgită caută vinovatul în primul rând în altcineva.

Un bărbat dezamăgit caută vinovatul în primul rând în el însuşi.

Cu cât se adună mai multe stresuri, cu atât situaţia se schimbă în direcţie opusă. Un bărbat rezervat în emoţii devine emoţional ca o femeie, iar femeia copleşită de emoţii devine lipsită de pasiune, ca bărbatul. Exagerarea a transformat normalul în anormal. Aceasta duce la pieire.

La nivel fizic, bărbatul doreşte să se folosească un timp de femeie, iar femeia – să domine veşnic bărbatul. Instinctul de proprietate este un indicator al esenţei feminine.

În plan spiritual, bărbatul doreşte să iubească veşnic femeia, iar femeia să folosească bărbatul pentru o vreme, întrucât ea are nevoie de emoţii. Şi în afară de aceasta, în concepţia omului modern acest lucru este moral.

În principiu, diferenţele dintre sexe au fost aceleaşi întotdeauna, dar în etapa actuală ele au fost duse la extrem. Orice extremă înseamnă pieire. Pieirea înseamnă naşterea noului.

Morala este un băţ cu două capete. Dacă nu umblu alături cu drumul, nimeni nu are dreptul să mă acuze de imo-

ralitate. Şi totuşi viaţa arată că şi o femeie foarte morală poate avea un copil foarte imoral. De ce? Oare nu şi-a învăţat ea copilul să-i calce pe urme şi, oare, măcar o dată în viaţă n-a dat pe de lături? Problema constă în faptul că o astfel de mamă greşeşte mereu în sufletul ei şi se chinuie să caute soluţii. Neştiind să-şi iubească soţul şi tânjind după un sentiment mare, s-a culcat, în închipuirea ei, cu mulţi bărbaţi, şi adevărul a ieşit la lumină prin copil. Nu învinuiţi copilul, ci cereţi-i iertare.

Fără să ne dăm seama, prin durerea provocată de suferinţe, căutăm calea pe care să mergem înainte. Viitorul este nivelul sentimentelor, adică al liniştii sufleteşti. Cine va învăţa să meargă corect pe această cale, se va elibera de stresuri. Şi atunci nu se va transforma în cel care ia, ci va rămâne cel care dă.

Când omul se va elibera de setea de a domina, atunci nu va mai percepe dureros libertatea celuilalt. Omul materialist nu este capabil să înţeleagă că odată cu eliberarea de stres vine şi dezrobirea sufletească. Pe cel care este liber sufleteşte, nu-l mai deranjează legătura socială realizată prin relaţii conjugale. El nu vrea să rupă aceste relaţii şi să o ia la goană pentru că nu-l domină nimeni. Nu este proprietatea nimănui şi nu îi este frică de căsătorie. Pentru el căsătoria este o lecţie, pe care i-o predă epoca modernă, lecţie care, dacă este însuşită cu succes, poate înălţa spiritul.

Gelozia este un stres, caracteristic atât femeilor cât şi bărbaţilor. Mai simplu, el reprezintă o duşmănie acuzatoare care provine din frica – *nimeni nu mă iubeşte*. Mai devreme sau mai târziu, soţul celui gelos începe să pună în practică acuzaţiile ce i-au fost aduse, fiecare pe măsura

motivaţiilor şi convingerilor sale. Şi chiar dacă trădarea a avut loc doar în gând, partenerul va afla întotdeauna.

Aici nu ajută nici autojustificarea *–eu aproape că nu ţi-am reproşat nimic, uite la alţii cum se ceartă.* Paharul răbdării partenerului dumneavoastră era plin încă dinainte, din copilărie, de la certurile părinţilor şi de aceea a ales să convieţuiască cu un om care se ceartă mai puţin. S-a înşelat, însă.

Orice femeie ar trebui să ştie că ea poate să obţină de la soţ tot ce doreşte, chiar dacă e doar în gând şi de aceea ea trebuie să-şi formuleze clar şi înţelept gândurile ei corecte. Din păcate, nechibzuinţa este astăzi la modă, atât în rândul femeilor cât şi al bărbaţilor.

În mod ideal femeia care dă, este de fapt cea care ia, iar bărbatul care ia, de fapt dă.

Şi totuşi, în gândirea lor, fiecare parte vrea să se vadă doar pe sine în rolul celui care dă.

Dacă femeia, în momentul în care dă, se gândeşte să primească, atunci ea devine cea care ia. Dar de la cel care ia, se ia, şi femeia care îşi dă corpul pentru a primi ceva, se privează de comoara cea mai de preţ.

Dacă bărbatul, în momentul în care ia, crede că dă, el nu va primi iubirea femeii şi nu va mai avea nimic ce să dea pe urmă. Dacă drept răspuns la o asemenea „dare" bărbatul pretinde să i se mulţumească, în cel mai bun caz va primi de la soţie corpul ei, o mâncare săţioasă şi lenjerie curată, dar ceea ce îi este cel mai necesar – iubirea ei – nu va primi.

Femeia dă forța iubirii și ia forța fizică a bărbatului. Bărbatul dă forța fizică și ia forța iubirii.

Acesta este echilibrul creat de natură, așa a fost, este și va fi, cel puțin până la sfârșitul acestei civilizații.

Exemplu din viață

O femeie de 50 de ani, care se trata la mine de glandă tiroidă, a venit să-mi împărtășească o bucurie neașteptată, care, în comparație cu însănătoșirea ei, i se părea că nu merită prea multă atenție.

De douăzeci de ani soțul ei pleca o dată pe lună în delegație, în interes de serviciu, și stătea o săptămână. De fiecare dată când el pleca, ea se apuca să facă curățenie în apartament. Curăța și ștergea, fierbea și cocea și tot visa la clipa în care soțul se va întoarce și îi va spune în sfârșit: *„Te iubesc. Ești așa de bună. Ești frumoasă și deșteaptă"*.

Dorul după aceste cuvinte a devenit atât de insuportabil încât femeia a început să se roage la Dumnezeu. Dar bărbatul tot tăcea. Estonianul nu aruncă cu vorbele în vânt. Viața familială, aparent exemplară, a început să se fisureze. Femeia nu a înțeles că așteptările ei erau pentru soț o constrângere și din cauza asta el continua să se comporte ca și până atunci. De aceea, simțindu-se constrâns, nu putea să stoarcă din el nici un cuvânt amabil. Femeia considera că este normal ca bărbatul să-și iubească harnica soție și el să fie primul care să-și exprime primul iubirea. Dar acest lucru nu s-a întâmplat.

A sosit vremea când femeia a fost nevoită să se ocupe de propria desăvârșire lăuntrică pentru a-și îndrepta sănătatea. S-a ocupat de iertare o zi, două, apoi a simțit dorința să meargă la coafor. S-a dus cu mare plăcere. Venind acasă, a găsit în fața ușii un coș cu mere, adus de un om bun. Trebuia să facă gem din ele, ceea ce a și făcut cu bucurie. Orice gospodină știe ce se întâmplă în bucătărie când gemul e pe foc. Stând lângă aragaz, femeia se gândea, ierta și cerea și ea iertare de la gândurile ei, de la oameni, de la situații, de la tatăl și mama ei, de la soț și de la copii. Timpul a trecut pe neobservate; când omul este ocupat cu curățirea gândurilor, în suflet se așterne liniștea și timpul zboară repede. Deodată în bucătărie a apărut soțul ei, a strâns-o în brațe, așa mânjită cu gem cum era, și a spus cu patos: *„Ce bine e să vii acasă!"* În cuvintele lui a răzbătut ceva mai mult decât ar fi sperat ea vreodată. Tonul cu care au fost pronunțate aceste cuvinte destăinuia totul. Femeia a înțeles că dintr-o persoană dominatoare, care ia, el a devenit pe neobservate o ființă care iubește și care dă. Și pentru asta i-au trebuit doar vreo douăzeci de ani!

Bucuria și durerea celui care dă

Iubirea nu este doar un sentiment ce există între bărbați și femei. Iubirea ne unește pe toți.

Mama și fiica sunt amândouă femei. Ele simt nevoia să dea. Dacă iubirea lor nu este acceptată, simt în suflet o mare durere. În sufletul unei mame înăsprită de viață zace prea multă iubire ce nu și-a găsit rostul. Iubirea fiicei ei i

se pare adesea o povară mult prea mare, fiindcă femeia simte în primul rând nevoia să fie iubită de bărbat. Şi cum surplusul de bine şi surplusul de rău sunt percepute întotdeauna ca rău, manifestarea furtunoasă a iubirii fiicei ei se sparge în bucăţi, lovindu-se de zidul de apărare ridicat de mamă. Amândouă sunt crunt dezamăgite.

Şi nu este nevoie decât ca amândouă să-şi ierte frica *nimeni nu mă iubeşte* şi presupunerea că *toţi vor să-mi facă rău.* Să ceară iertare fricii lor că au lăsat-o să crească până la asemenea dimensiuni încât, privind din spatele zidului de frică, ele văd în toţi nişte criminali. Să ceară iertare copilului şi mamei sale că nu au ştiut să le înţeleagă şi să le accepte iubirea. Şi atunci fiicele nu se vor mai îndepărta de mama lor şi iubirea lor nu va mai fi pângărită de alţii.

Nevoia fiicelor de a merita iubirea mamei poate fi atât de puternică, încât ele ascultă întru totul de mamele lor. Nu degeaba unii bărbaţi se plâng că s-au căsătorit cu soţiile lor, dar au din ce în ce mai mult impresia că se culcă cu soacra, nu cu soţia.

O astfel de femeie se poate simţi mama propriului soţ. Ea singură s-a apucat să cotcodăcească şi să cloncăne în jurul lui şi tot ea este tristă că soţul este indiferent şi insensibil. Dragi femei, puneţi-vă acum în locul soţului şi imaginaţi-vă emoţiile lui confuze despre care aţi aflat abia acum.

Femeia trebuie să fie totuşi o soţie pentru bărbat. O fiica supusă, care are un sentiment de vinovăţie faţă de mama sa, va refuza chiar să facă copii, dacă aşa vrea mama ei. Există şi astfel de oameni care, în numele unei griji prea mari faţă de soarta viitoare a părinţilor, nu îşi întemeiază o familie şi atunci când părinţii împovăraţi de ani părăsesc

această lume, fiicei lor nu-i mai rămân decât lacrimile şi pustietatea. Supunerea şi devotamentul ei – calităţi valoroase în sine – s-au dovedit a fi folosite în zadar.

Şi toată această cumplită tragedie se trage de la faptul că omul nu poate trăi fără iubire şi nu ştie să se elibereze de frica ce îl blochează. Nu ştie ce este mai important şi ce este mai puţin important în viaţă.

Izvorul iubirii se află în sufletul mamei, al femeii. La formele inferioare de viaţă – animale şi plante – iubirea se revarsă fără să cunoască limite, ele oferă fără să ceară nimic în schimb. Ele nu se tem şi nu îl pedepsesc pe vinovat, privându-l de iubire. Trebuie doar să ştiţi să primiţi.

Atunci când omul îşi iartă frica *nimeni nu mă iubeşte*, el se deschide şi pentru a iubi natura şi atunci iubirea Divină se revarsă neîngrădită în fiinţa lui binecuvântată. Şi există destulă iubire pentru ca el să poată să trăiască, să se liniştească şi să înceapă să gândească. Şi atunci va putea trăi mai departe printre oameni.

Cine doreşte ca *toată* lumea să îl iubească - şi sunt îngrozitor de mulţi cei care nu se mulţumesc cu mai puţin - trebuie ca mai întâi el însuşi să-i iubească pe toţi. Trebuie însă să-i fie clar că nu va avea destulă forţă fizică. Numai iubirea sufletească este capabilă să îi cuprindă pe toţi şi pe toate, fără nicio limită.

Dacă omul vrea să fie iubit, atunci el trebuie să ştie că numai iubirea adevărată atrage iubirea altei persoane. Similarul atrage doar similarul.

Eliberaţi-vă iubirea din cătuşele fricii şi atunci veţi putea fi iubit.

ASTĂZI NU EXISTĂ PE LUME OM CARE SĂ NU SIMTĂ SPAIMA CĂ *NU ESTE IUBIT*. CU CÂT NEAGĂ MAI MULT PREZENȚA ACESTUI STRES, CU ATÂT STRESUL DEVINE MAI PUTERNIC. DAR, FIECARE ARE DREPTUL SĂ-ȘI NEGE PROPRIILE PROBLEME ȘI SĂ ÎNVEȚE PRIN SUFERINȚE AMARE.

La cei tineri, comunicarea se face greu, dacă ei au idei preconcepute. Frica – *nimeni nu mă iubește* - blochează comunicarea și imediat tânărul este catalogat drept neisprăvit, plicticos, prost, necioplit etc. Ca rezultat dezamăgirile se acumulează și el se îndârjește și mai tare. Încearcă să-și corecteze defectele și totuși din gura lui ies niște vorbe de care se va rușina ulterior. Apare înstrăinarea de prieteni, izolarea.

Cu cât copilul se jenează mai mult de alții, adică îi este frică, cu atât mai mult aceștia îl vor speria. Apare un cerc vicios. Copilul poate fi mutat într-o altă școală, dar curând totul se va repeta, întrucât frica lui este aceea care atrage agresivitatea celorlalți.

Exemplu din viață

Un băiat de 10 ani era bătut în fiecare zi în drum spre școală. Îi era frică de bătaie fiindcă odată, sub ochii lui, un alt băiat fusese bătut. Așa numita lui nevroză era atât de gravă, încât atunci când am încercat să-i aranjez bretonul, a izbucnit în hohote de plâns. Mișcarea mâinii mele i-a adus aminte de gestul cu care începe bătaia.

A fost foarte simplu să-i explic acestui băiat foarte deștept următoarele: *„Dragul meu, frica ta atrage ca un magnet pe cei care te jignesc. La dorința ta, neexprimată prin cuvinte, ei te învață să devii mai curajos. Iartă-ți frica ce a pătruns în tine și spune-i că acum tu ai devenit mai deștept și mai curajos. Cere-i iertare corpului tău că l-ai făcut atâta timp să sufere. Iartă-i pe cei care te-au jignit pentru că n-au știut să te învețe altfel să fii curajos".*

Peste o lună, când a venit din nou la mine, am constatat că uitase de bătăi și nu mai rămăsese nici urmă de nevroză; acum băiatul mi-a arătat cu mândrie câteva mișcări de karate spunându-mi: *„I-am mai întâlnit o dată pe huliganii ăia. Le-am spus imediat: „Vă iert dinainte dacă v-ați adunat iarăși să mă bateți. Și nu m-au mai bătut."* Acest copil a simțit puterea gândului.

Frica *nimeni nu mă iubește* blochează capul, ceafa, umerii, omoplații, mâinile și spatele până la a treia vertebră dorsală și provoacă:

1. Toate bolile fizice din această zonă;
2. Toate bolile psihice;
3. Toate devierile psihice:
   - dezechilibru (psihic și sufletesc);
   - comportament necontrolat, negarea oricăror norme de morală și de comportament;
   - dereglarea memoriei (atât la tineri cât și la bătrâni);
   - capacitate de asimilare scăzută la copiii cu o dezvoltare mentală întârziată sau scleroză la oamenii în vârstă;
   - indiferență și neglijență față de sine și față de alții;
   - senzație de impas, de inutilitate, apatie;
   - încăpățânare;

- neîncredere;
- exigență excesivă, severitate excesivă;
- negarea totală a greșelilor proprii etc. – o infinitate de devieri psihice care se acumulează și se transformă în boală.

Un asemenea om nu înțelege ce este în realitate bine și ce este rău. Dialogul cu el se transformă într-o discuție unilaterală, despicarea firului în patru, argumentare, justificare etc. Nu are însă sens - nu te însănătoșești cu așa ceva.

Există și oameni la care, cu cât sunt mai cunoscuți, cu atât mai acut apare frica *nimeni nu mă iubește*. Frica de a pierde gloria îi face să se grăbească, să se agite, să ceară să li se ofere totul dintr-o dată, s-o țină pe-a lor. Cu cât primesc mai mult, cu atât egoul lor crește mai mult. Singurul care nu permite să se abuzeze de ei este corpul lor. Corpul îl învață pe om, îi consolidează cunoștințele spirituale. Corpul pune capăt agitației omului prin boală, care va dura până când omul se va schimba.

Același lucru se întâmplă cu cel care își dorește gloria cu orice preț. La copiii celebrităților sau la cei ai căror părinți visează la glorie, această trăsătură de caracter este, de obicei, amplificată. Copiii care au fost nevoiți să sufere din cauza celebrității părinților încearcă să se ferească de glorie. Oamenii de genul acesta sunt neliniștiți, nerăbdători, exigenți, au o părere excelentă despre ei înșiși și sunt convinși că totul li se cuvine.

Graba, caracteristică pentru omul nerăbdător și care neagă logica evoluției vieții, îl face să fie decepționat de tot ce nu obține imediat, fie ea și sănătatea, pe care eu vă învăț să v-o redobândiți prin iertare. O decepție atrage după sine o altă decepție și boala se amplifică. La un astfel

de om boala ar trebui să ajungă la un stadiu atât de grav, încât medicina să nu-l mai poată ajuta și abia atunci atitudinea lui de consumator de viață s-ar putea, probabil, schimba. Din păcate, majoritatea zdrobitoare a oamenilor cu un ego supradimensionat amână pentru următoarea viață lucrul cu sine însuși.

A căpăta înțelepciunea vieții este un lucru extrem de greu. La înțelepciunea dobândită în viața anterioară trebuie adăugată altă înțelepciune, nouă. Cea din viața anterioară este înțelepciunea din subconștient sau înțelepciune intuitivă, la care se adaugă înțelepciunea extrasă din experiența vieții actuale. La sfârșitul vieții suntem totdeauna mai deștepți decât la începutul ei, chiar și atunci când nu bubuim de deșteptăciune. Viitoarea viață începe de la un nivel mai ridicat și toate celelalte vieți anterioare devin din nou înțelepciune subconștientă la care începe să se adauge o alta, nouă.

Ce este aceea înțelepciune, să decidă fiecare în parte. Corpul omului urmează înțelepciunea vieților anterioare și semnalizează dur când e vorba de greșeli chiar dacă proprietarul lui este o somitate.

Despre peripețiile vieții sufletești

Vine la mine câte unul și mi se plânge: *„Fac tot ce m-ați învățat, dar de ce nu mă vindec?"* După muncă și răsplată. Ia uitați-vă la cel care a ieșit mai înainte de la mine, era mult mai bolnav ca dumneavoastră și acum este sănă-

tos, deşi acum două luni nu se mai putea ţine pe picioare. S-a ocupat din tot sufletul de iertare, fără să se oblige, cum faceţi dumneavoastră: *„Bine-bine, te iert pentru că vreau să mă fac sănătos, dar, să ştii că tot tu eşti vinovat de boala mea!"* Aici e diferenţa. Dumneavoastră pur şi simplu nu v-aţi înţeles greşelile şi continuaţi să căutaţi vinovaţii.

Mă uit uneori şi mă minunez cât de greu este pentru unii să ierte şi cum nu înţeleg ei ce înseamnă iertarea. Se sucesc, se învârtesc, doar-doar mi-or demonstra că altcineva este vinovat. Mulţi vin la mine şi încă din prag îmi declară că ştiu despre ce este vorba şi că întotdeauna au trăit după aceste principii. Ah, cât îmi este de greu să le explic – dragii mei, nici măcar nu ştiţi ce este iertarea. Nu ştiţi să vă împăcaţi cu cineva şi îl urâţi, cum puteţi spune că vă cunoaşteţi!? Nu-i nevoie să-mi demonstraţi nimic, eu văd *prin* voi. Nu vă puteţi păcăli corpul. Cine nu-şi poate închipui ce înseamnă *a vedea prin*, se simte jignit până în adâncul sufletului. Este convins că a făcut totdeauna numai bine şi că a iertat cu mărinimie pe cei care l-au supărat.

Oameni care mă uimesc, dar în sensul bun de această dată, sunt şi ei destui. Căldura lor sufletească este atât de mare, încât eu trebuie doar să le sugerez pe cine să ierte şi cui să ceară iertare, că ei se şi apucă de treabă şi o fac din tot sufletul, şi efectul iertării apare imediat. Aceşti oameni nu-şi neagă greşelile, ci le este ruşine de ele şi prind curaj când le spun că asta este lecţia lor de viaţă şi că deja au început să-şi îndrepte greşeala, şi încă cum! – vizibil şi palpabil. Acest lucru nu dispare. Vă vor ierta şi pe dumneavoastră, cu siguranţă.

Am ocazia să aud şi aşa ceva: *„Acest om nu iartă nimănui nimic, indiferent cât de mare sau de mică este vina"*. Unor astfel de oameni le explic de fiecare dată: *„Staţi liniştit. E problema lui. Dacă o să vă cereţi din toată inima iertare, o să vă simţiţi liniştit sufleteşte şi n-o să vă mai intereseze. Nici n-o să-l mai băgaţi în seamă pe cel care vă supără. N-o să-l mai atrageţi spre dumneavoastră"*.

Fiecare trebuie să ştie că unicul păcat pe lume este acela când omul nu iartă şi că păcătosului i se va da ce merită.

Oamenii înrăiţi care afirmă că nu-i iartă pe cei care l-au supărat, se îmbolnăvesc. Cu cât răutatea este mai mare, cu atât boala ce li se pregăteşte este mai rea. Boala sau nefericirea nu se lasă aşteptate. Dacă v-aţi bucurat imediat de faptul că omul rău va fi în orice caz pedepsit, înseamnă că în dumneavoastră există setea de răzbunare şi nu sunteţi cu nimic mai bun decât el.

Cine doreşte binele duşmanului său va fi răsplătit cu bine. Cine îşi urăşte duşmanul, va fi nevoit să guste el însuşi din această ură.

Exemplu din viaţă

O doamnă diagnosticată cu cancer la sânul stâng avea dureri extrem de mari şi nici un fel de medicamente nu mai aveau efect. Când am sfătuit-o să-i ceară iertare soţului pentru ura cumplită pe care o nutrea faţă de el, a răcnit: *„Mai bine mor!"*

Peste câteva zile cancerul s-a răspândit în cutia toracică. O durere groaznică i-a înfrânt încăpăţânarea şi m-a rugat să o învăţ să-şi ceară iertare. Durerile s-au diminuat.

Cine își neagă principalele sale stresuri, acela se exclude singur din rasa umană.

Cine nu se teme că *nu este iubit*, acela este iubit. Este înțeles și îi înțelege și el pe ceilalți. Are sentimentul propriei demnități și îi respectă pe ceilalți. Ajută cu bucurie și oamenii vin la el după ajutor.

Deseori, cei care au trecut în lumea de dincolo cer ajutor prin cei aflați în viață; ceva foarte important le-a rămas neterminat și nu-și vor găsi liniștea sufletească până când răul nu va fi îndreptat.

Omul care are demnitate, se respectă pe sine și îi respectă și pe alții. Se ține de cuvânt și nu se teme să spună DA sau NU. De exemplu, dacă s-a programat la doctor, vine la timp; dacă nu se prezintă, greșește – medicul este nevoit să piardă timpul în zadar, iar un alt pacient care are nevoie de consultație nu poate ajunge la el. Nu este exclus ca, din cauza lui, cineva să-și piardă viața. Este posibil ca acesta să fie un bolnav de cancer care nu mai are timp să aștepte ca să ajungă la medic. Cel care a greșit atrage asupra sa un efect negativ - pedeapsa. Doar viața va hotărî când se va întâmpla. La fel stau lucrurile în toate cazurile când omul nu se ține de cuvânt.

Să nu se mire un astfel de om dacă altcineva se va purta la fel ca el și va rămâne surd la rugămințile lui și nu-l va ajuta. Tot ce face omul, i se întoarce îndoit. Dacă nu vom înțelege acest lucru și nu vom ști să facem imediat conexiuni, cum se face pentru prinderea unui criminal de drept penal, corpului nostru nu-i va păsa. Greșelile pentru asta sunt date, să se învețe din ele. Și dacă lecția se transformă într-o pedeapsă cruntă, înseamnă că noi singuri ne-am atras-o.

Nu trăim singuri pe lume. Dacă ajutăm dezinteresat pe ceilalți, atunci și alții ne vor sări în ajutor la necaz. Trebuie să știm cum să acordăm ajutorul.

Dacă cineva cade într-o groapă, îl scoatem fără să stăm la discuții, dar pentru viitor trebuie întotdeauna să ne gândim dacă acesta este sau nu un ajutor, sau în felul acesta îl împingem din nou în groapă. Ajutorul adevărat este să-l înveți, dar să-l înveți înainte de a cădea în groapă sau după ce a ieșit din prima groapă și să-l înveți numai pe cel care vrea acest lucru. Învățătura cu de-a sila este tot o constrângere.

I se dă numai acelui care dă.
Celui care ia, i se va lua.

Celui care se eliberează de frica *nimeni nu mă iubește* i se deschide spiritul. Odată cu iertarea, omul parcă și-ar scoate căciula de pe cap și este pregătit să primească înțelepciunea divină.

Omul care nu este blocat de frica *nu mă iubește nimeni,* începe să vadă viața reală. Începe să vadă binele și răul în adevărata lor interacțiune. Viața devine inteligibilă și îi dăruiește liniștea sufletească. În viața unui astfel de om se va concentra IUBIREA.

Frica este prizonierul omului
Răutatea este cea care dărâmă temniţa

Să sistematizăm discuţia despre stresuri.

Frica acţionează asupra suprarenalelor şi rinichilor. Ea blochează canalele energetice, ceea ce la nivelul fizic se exprimă prin spasme, convulsii, stare de tensiune.

Frica atrage răul. Frica paralizează voinţa.

Spatele simbolizează voinţa. Natura fricii determină zona spatelui şi a coloanei vertebrale afectată de boală. Întrucât în coloana vertebrală se află canalul energetic principal din care pleacă canale mai mici, frica are o influenţă negativă asupra organelor din zona respectivă. În funcţie de felul fricii, canalul se închide mai sus sau mai jos şi se îmbolnăvesc organele respective. Cu cât sunt mai multe stresuri, cu atât mai mult se închid canalele energetice.

SPAIMELE ŞI AMPLASAREA LOR ÎN CORPUL UMAN

1. **Frica *nimeni nu mă iubeşte*** afectează capul, ceafa, umerii, mâinile şi spatele până la a treia vertebră dorsală. În plus, la copii, această spaimă provoacă insuficienţă cardiacă congenitală – orificiul oval rămâne deschis. S-a constatat la 25% dintre nou născuţi(conform statisticii oficiale). În realitate acest procent este cu mult mai mare. În spatele acestei boli se află îmbolnăvirile frecvente ale căilor respiratorii, astmul, reumatismul, bolile de piele, inclusiv alergia. În partea superioară dreaptă a inimii se află regulatorul de ritm cardiac – nodul sinuso-auricular. Dacă energia acestuia este blocată, se produc aritmii.

2. **Frica + sentimentul de iubire + sentimentul de vinovăţie** - acţionează asupra spatelui la nivelul vertebrelor dorsale IV-V, iar pe partea anterioară – asupra părţii centrale a inimii, asupra plămânilor şi sânilor.

Frica *sunt învinuit că nu iubesc* provoacă bolile de inimă: afectarea valvelor, infarctul, ischemia.

În prezent, suferă de aceste boli mai ales bărbaţii tineri (mai rar femeile) care au fost învinuiţi în copilărie de către părinţii lor şi le este frică, iar acum sunt nevoiţi să audă acelaşi lucru din gura soţiei. Nu este obligatoriu ca învinuirea să se facă prin cuvinte, acelaşi efect poate să-l aibă şi faţa tristă a soţiei, lacrimile, oftaturile, încruntarea sprâncenelor, mai ales dacă nu există nici un motiv. Cel care are sentimentul de vinovăţie, este foarte sensibil, vede o acuzaţie chiar acolo unde nu e.

Aceeaşi boală îl va distruge şi pe soţul gelos. Din acelaşi motiv, o acţiune similară o are autoînvinovăţirea – după divorţ sau după moartea soţului (soţiei), foarte mulţi încep să se căiască şi să se învinovăţească şi apare ischemia cardiacă ce duce la infarct.

Ce se întâmplă când cineva acuză pe altul că *acela nu-l iubeşte*? Dacă femeia se înconjoară cu un zid de spaimă şi nu este conştientă că ea însăşi nu transmite către soţ iubirea ei şi nu-i primeşte iubirea acestuia, ci doar bâzâie, se preface şi devine rea din cauza geloziei, îi va apărea o boală la sâni. O tumoare benignă se poate transforma în cancer de sân. Cancerul este provocat de răutatea duşmănoasă. Răutatea este provocată de acumularea de stresuri.

Frica *„cineva învinuieşte pe altcineva că nu-l iubeşte."* De obicei, aceasta e o problemă pentru copii, deoarece

copilul este nevoit să observe viaţa părinţilor privind dinafară. O ceartă cumplită în casă – şi copilul face pneumonie. Frecuşuri permanente între părinţi, indiferent din ce motiv, şi copilul face tuberculoză. De la acest stres se îmbolnăvesc şi adulţii şi tot de aceleaşi boli, numai că la ei începutul bolii este mai ascuns, aşa cum este şi maturul. Tuberculoza este boala cicălelilor. Ne-am obişnuit să considerăm tuberculoza o boală de plămâni, dar ea se poate aşeza în orice alt organ. Lăsaţi cicălelile şi tuberculoza va dispărea.

3. Frica + sentimentul de vinovăţie influenţează vertebrele dorsale VI-XII, în faţă - vârful inimii, partea inferioară a cutiei toracice şi partea superioară a abdomenului.

Frica de *a fi vinovat* sau spaima când *învinovăţesc eu însumi* îmbolnăveşte miocardul, pleura pulmonară, diafragmele, ficatul, stomacul şi splina. Întrucât în această zonă se află plexul solar cu rezerva lui de energie a puterii şi dominaţiei, (şi puterea este totdeauna negativă), aici apare cel mai rapid răutatea şi terenul propice pentru dezvoltarea cancerului. Orice om ştie din instinct că dominarea cu răutate este condamnată chiar de societate şi de aceea scopurile cu bătaie lungă sunt ascunse şi mascate până la ultima posibilitate şi cancerul se va dezvolta conform lucrului dorit – insidios şi profund.

4. Frica + sentimentul de vinovăţie + problemele economice influenţează vertebrele lombare. Vertebrele lombare III şi IV controlează organele genitale. Vertebra lombară V controlează vezica urinară. Natura a stabilit că partea economică este fieful bărbatului. Femeia este purtătoarea căldurii şi iubirii în cămin. Cine încalcă legile naturii va trebui să plătească.

Frica *„sunt învinuit de faptul că nu pot să-mi hrănesc familia, nu mă descurc la serviciu, nu sunt în stare să mă*

gospodăresc, nu sunt bun ca bărbat," *etc.* atrage după sine **impotenţa şi alte îmbolnăviri ale organelor sexuale**. Acelaşi efect se obţine şi dacă persoana se autoînvinuieşte.

Dacă femeia nu ştie să conducă la modul feminin treburile economice, atunci îi vor apărea aşa-numitele boli femeieşti. Când femeia se amestecă autoritar, înjositor, alarmant, în bătaie de joc, etc. în treburile bărbatului, aceasta înseamnă neîncredere în soţ, înjosirea lui. Dacă, în virtutea împrejurărilor, (cum se spune, *aşa e viaţa*) femeia se consideră în familie puternică = jumătatea economică, în acea familie totul merge anapoda. **Femeia feminină nu suferă de boli femeieşti**.

Femeile care se ocupă de partea economică adesea nu au copii. Atunci când femeia ia asupra ei îndatoriri de serviciu prea mari, acest lucru va fi periculos pentru bazinul ei şi pentru partea inferioară a corpului. Copilul înseamnă iubire şi el atrage numai iubire, iar gândurile materiale ale mamei îl sperie.

5. Frica + problemele economice acţionează asupra părţii inferioare a corpului, de la coccis până în vârful degetelor de la picioare: Coccisul este energia sexuală = pasiune.

Omul a cărui pasiune este blocată de frică faţă de problemele economice sau, altfel spus, cel care este tot timpul îngrijorat de portofel, se culcă în pat pentru a trage un somn bun şi nu pentru a face sex. Şi dacă totuşi face, şi dacă îşi stimulează pasiunea în mod artificial, nu va fi potent pentru mult timp. Statistica arată că în rândul oamenilor de afaceri tineri suferinţa cea mai grea este impotenţa. Cu câţiva ani în urmă această problemă era specifică ţărilor dezvoltate din Occident, acum ea a ajuns şi la noi.

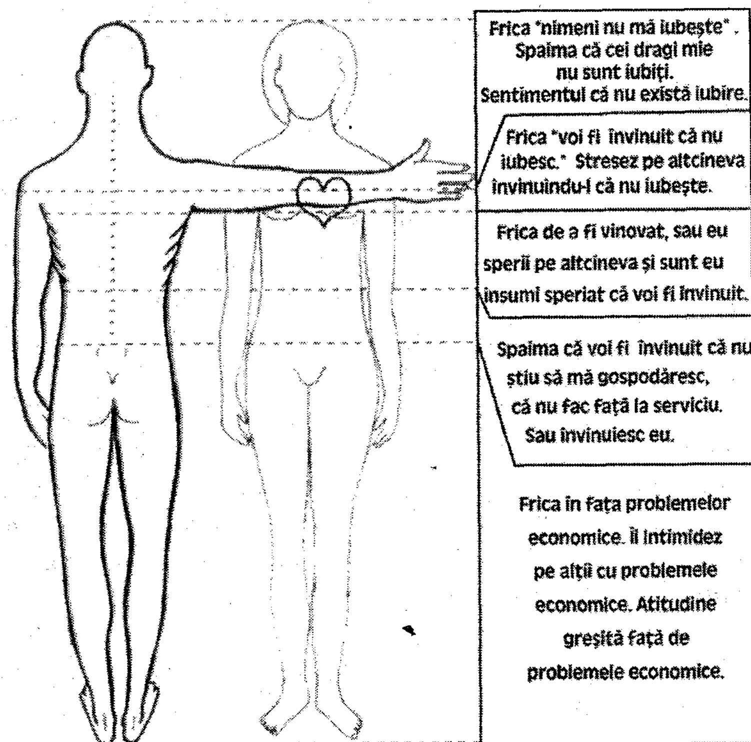
Cui îi este frică de problemele financiare, nu va putea să le rezolve şi îşi va mai adăuga şi impotenţa. Toate bolile părţii inferioare a corpului, fie că este vorba de deformarea articulaţiilor coxofemurale, fracturi ale oaselor, îmbolnăvirile venelor, cangrenă, sau de papucii de casă scâlciaţi - ele provin de la grijile economice. Cu cât boala se situează mai jos, mai aproape de degetele de la picioare – cu atât problema este mai veche.

Este deosebit de greu de înţeles cum trebuie reglementate problemele cu caracter economic. Problemele economice şi iubirea nu încap în aceeaşi teacă. Subliniez încă o dată – pe lume există doar o singură energie şi aceasta este iubirea. Toate formele de manifestare a vieţii provin din energia iubirii, inclusiv problemele economice. Lucrurile materiale au doar o structură mai densă a energiei.

Dacă omul nu se eliberează de frică faţă de problemele economice, va trebui să apară dezordinea economică. Întrucât majoritatea contemporanilor încă nu şi-a însuşit înţelepciunea iertării, este logic că problemele economice trebuie să se afle într-o stare de criză. Se pare că vreţi să vă fie frică.

Dacă aşteaptă ca problemele economice să se rezolve de la sine sau doriţi să vi le rezolve alţii ca să puteţi respira uşuraţi după ce totul va fi în regulă, vă înşelaţi. Perioada aparentei bunăstări va trece repede şi vor apărea din nou probleme şi mai serioase. Şi toate acestea pentru că încă nu v-aţi însuşit înţelepciunea vieţii. Efectul nu dispare atâta timp cât există cauza.

Stăpânul omenirii – FRICA



Exemplu din viaţă

Nu demult, s-a prezentat la cabinet un materialist principial. Când i-am spus că mai întâi trebuie să-şi corecteze gândurile ca să-l pot ajuta să-şi descătuşeze spiritul, s-a în-

roşit de răutate şi m-a mitraliat cu următoarele cuvinte: *„Demonstraţi-mi că spiritul meu este încătuşat!”*

A venit la cabinet şi a doua oară!!! De ce? Deoarece a considerat că eu i-am adus cea mai mare ofensă posibilă, spunându-i că nu are spiritualitate. Nu m-am aşteptat ca el să dorească cu atâta tărie să fie considerat un om spiritualizat, deşi avea un blocaj total la acest nivel. Venise să mă convingă, să-mi explice, să facă demagogie şi să ceară să i se facă dreptate că, vezi Doamne, nicăieri nu sunt stabilite pe hârtie criteriile de spiritualitate. Că de douăzeci şi cinci de ani stă la masa de lucru! (ca şi când munca fizică ar încuia spiritul.) El considera că munca cu capul înseamnă spiritualitate şi nu avea nici cea mai mică dorinţă de a-şi schimba modul de gândire.

N-am găsit alt argument decât să-i spun: *„O dovadă că spiritul dumneavoastră este încuiat este faptul că vă miroase gura urât şi motivul este răutatea dumneavoastră care s-a simţit jignită şi pe care aţi crescut-o ani de zile fiindcă v-aţi temut că nici dumneavoastră, nici munca dumneavoastră nu sunt respectate. Din cauza asta şi pentru că vă încăpăţânaţi să-i acuzaţi pe alţii v-aţi supărat rău de tot pe lumea întreagă.”* Evident, cuvintele mele nu i-au dat satisfacţie.

După două luni a venit iarăşi. Îmi apăruse în prag acelaşi om, dar total de nerecunoscut. Nu mai rămăsese nici urmă din agresivitatea lui. Impotenţa de care suferea îl salvase pe acest bărbat de la distrugere totală. Acum era copt pentru a recepta înţelepciunea spirituală. În tot răul este un bine.

Odată cu iertarea, spiritul se deschide şi toate problemele se rezolvă

Reacţia obişnuită este următoarea: *„Ehe, nu e totul aşa de simplu cum spuneţi”*. Vă rog să mă credeţi că vă va fi mai uşor, şi veţi începe să trăiţi mult mai bine, chiar şi din punct de vedere material, dacă, în loc să treceţi ca buldozerul peste greutăţile vieţii, vă veţi elibera de stresuri.

Omul modern îşi câştigă iubirea, onoarea şi curajul prin agonisirea de averi, prin opere de binefacere, prin dăruire şi sacrificii ipocrite, prin simpla etalare a bunăstării lui. Prin asta nu se va elibera însă de stresuri şi nu va fi mai sănătos şi mai fericit. Este ca şi când ai merge contra vântului şi ai lua-o de la capătul rău.

Dacă se va începe cu o gândire corectă, cu iertarea stresurilor, adevărata rezolvare a problemelor economice va veni de la sine. Şi numai atunci voi da cu tot sufletul şi nu voi aştepta ca ceilalţi să bage de seamă ce faptă bună am făcut eu. Cine face bine, nu va aştepta nici pic de recunoştinţă, nici măcar ca cineva să-şi aducă aminte de fapta lui bună şi s-o spună prin cuvinte.

Să presupunem, de exemplu, că mă întorc acasă într-o noapte albă de vară şi văd un teren de golf lăsat de izbelişte. Arată de parcă ar aştepta să fac ceva. O să mă întreb, de ce eu să fac? Păi, altfel, de ce ar fi apărut pe calea mea?! Chiar dacă este târziu în noapte şi mai sunt şi alte lucruri care mă împiedică, îmi suflec mânecile şi mă apuc de treabă. Nopţile de vară sunt lungi şi se pot face multe. Spre dimineaţă terenul este curat de ţi-e mai mare dragul. Jumătate de oraş s-a adunat să admire ce-am făcut şi îl

admir şi eu ca şi când l-aş vedea pentru prima oară. Şi o fac sincer. Şi dacă cineva din mulţime ar vrea să afle cine a făcut acest lucru, o să încerc şi eu să aflu, uitând că eu l-am făcut. Şi dacă îmi voi da seama imediat că am făcut o faptă bună, nu voi simţi deloc nevoia să spun că eu am făcut-o. Asta înseamnă o faptă bună.

Lecţia materialismului a pus în faţa omenirii problemele economice.

Cine nu se va elibera de frică în faţa problemelor economice, va fi sortit să aibă probleme economice.

Cine nu se va elibera de răutatea pe care i-o provoacă problemele economice, va fi distrus de acestea.

Acest lucru se va întâmpla în funcţie de cât de mare este frica şi răutatea fiecăruia.

Răutatea faţă de duşmănie

Copilul trăieşte printre stresurile părinţilor. La acestea se adaugă propriile lui stresuri. Din acest motiv este adevărat ce se spune - că fiecare generaţie este mai bolnavă decât cea de dinainte. Născându-ne pe lume, aducem cu noi greşelile generaţiilor anterioare, ele fiind dificultăţi pe care le putem depăşi, întrucât spiritul nostru ştie de ce suntem capabili.

Frica la gândul că *nimeni nu mă iubeşte* provoacă un lanţ de stresuri copilului.

Sentimentul de vinovăţie faţă de mama lui, primit chiar de la naştere, apoi sentimentul de vinovăţie că faptele lui nu sunt aşa de bune (şi copilului îi va merge totul pe dos) vor provoca o acumulare critică a sentimentului de vinovăţie.

Sentimentul de vinovăţie se va transforma în frică – *ce mi se va întâmpla, dacă am făcut un lucru rău?* Frica atrage alte frici.

Indiferent de vârstă, dacă frica se acumulează, apare răutatea. Fiecare copil devine matur. La omul matur ponderea stresurilor creşte proporţional cu greutatea şi cu vârsta, dacă nu va învăţa să gândească corect.

Acumulându-se, răutatea duce la distrugere.

Răutatea are mai multe stadii de dezvoltare:

1. Răutate care te face să intri în panică

Modul cum acţionează ea se observă cu uşurinţă la copiii de astăzi, care sunt martorii răutăţii părinţilor lor, insatisfacţiei acestora, certurilor, bătăilor etc. Văzând cum se distruge cea mai mare valoare existentă în natură - iubirea, copiii încearcă să salveze ce se mai poate salva. Ei devin neliniştiţi, nervoşi şi încearcă să străpungă zidul fricii pentru ca iubirea să poată curge, dar nu sunt înţeleşi. Şi se îmbolnăvesc de diferite boli alergice. Indiferent ce diagnostic vor pune medicii, oricum, mai târziu se va declanşa o boală de piele, care nu va putea fi tratată înainte ca răutatea ce provoacă panică să fie eliberată. Alergia este o formă de protest.

Atunci când copilului îi este foarte frică la gândul că *nimeni nu-l iubeşte,* amuţeşte, nu se mai revoltă (un băieţel

cuminte este mai iubit) şi capătă boala fricii înăbuşite – astmul

2. Răutate care te înverşunează

Modul cum acţionează ea îl avem acum în faţa ochilor – toată lumea înjură pe toată lumea indiferent de loc, de timp sau de propria demnitate. Toată lumea caută răul şi îl găseşte. Cine îl găseşte, face pietre la vezica biliară. Aşa se manifestă răutatea fizică acută, înverşunată, însoţită şi de sete de răzbunare. Numărul pietrelor corespunde cu numărul duşmanilor de moarte. Tehnica operaţională tot mai avansată şi aparatura tot mai performantă i-ar putea ajuta pe chirurgi să îndepărteze pietrele la întreaga omenire, dar răutatea tot va rămâne...

Când omului îi este foarte frică la gândul că *nimeni nu mă iubeşte,* îşi strânge buzele, poartă în sufletul lui o răutate ascunsă şi face pietre la vezica urinară – o boală mult mai gravă.

3. **Răutate care te duce la duşmănie, la ură**

Când omul insultă şi îl împroaşcă cu înjurături şi cu blesteme pe duşmanul lui de moarte, apare cearta. Cearta este un lucru rău, dar are şi o parte bună: iese la lumină adevărul şi apare şi soluţia. Cel care spumegă de furie, va face forme de cancer cu evoluţie lentă ce pot fi descoperite cu uşurinţă.

Când omul este cuprins de o furie puternică la gândul că *nimeni nu mă iubeşte,* se închide în el şi poartă în tăcere răutatea cu el, străduindu-se să facă bine tuturor. El poate să-şi ascundă în suflet o răutate, foarte justificată din punctul lui de vedere, dar corpul lui nu are nevoie de justificări. Când moare, toţi ceilalţi spun: *„Ce nedreaptă este viaţa! Omul rău trăieşte şi înfloreşte, iar omul bun este nevoit să părăsească această lume în chinuri cumplite".*

Omenirea a cărei capacitate de a raţiona este blocată de frică, nu va înţelege în nici un fel ce este acela binele şi ce este răul.

Răutatea care te împinge la duşmănie, la ură, nu se mulţumeşte cu răzbunarea. Chiar şi atunci când sângerosul duşman a suferit din cale afară de mult, tot ţi se pare că n-a suferit destul. Un om care nu este binevoitor va simţi întotdeauna că a fost mult prea blând cu cel care l-a supărat.

Cel care-şi exprimă nemulţumirea prin zbierete va fi pedepsit de viaţă doar din cauza modului neinteligent în care a făcut-o.

Se înmulţesc cazurile de cancer la copii. Copiii bolnavi de cancer sunt cei care s-au maturizat prea devreme. Cu alte cuvinte, suma totală a stresurilor lor, care în mod natural se acumulează cu timpul, paharul răbdării lor s-a umplut, graţie părinţilor şi a început să dea pe dinafară.

Exemplu din viaţă

Odată am ajutat-o să părăsească această lume pe o tânără, bolnavă de cancer la plămâni, care, în trei ore după ce a recunoscut în faţa mea că acum vrea să-i spună soţului ei ce bun e, a putut să moară fără dureri, ca de o moarte subită.

Timp de cincisprezece ani, cât a durat căsătoria, n-a simţit nevoia să-i spună. Ascunzându-şi încrâncenarea şi acuzaţiile sub o mască zâmbitoare, a lăsat ca aceste stresuri să crească până când s-au transformat în duşmănie, în ură. Toată lumea trebuia să vadă ce căsnicie model au ei. Lucrând în sfera afacerilor, ea avea o viaţă activă, ştia că

este un bun specialist, era respectată şi admirată. Avea tot ce şi-a dorit.

Dar corpul ei a considerat că lucrurile stau altfel. Soarta este determinată de legile naturii. Femeia n-a putut să primească iubirea bărbatului ei pe care voia să-l domine, întrucât aştepta ca bărbatul să fie cel care dă. Încrâncenarea reciprocă a fost împinsă adânc în interior, în numele familiei. Bărbatul şi-a găsit un suflet pereche, dar ea n-a putut suporta umilinţa.

Şi bărbatul şi femeia erau unul pentru celălalt un fel de obiect de care nu ai voie să te atingi, un tabu. La amândoi, izolarea în interiorul familiei începuse încă din copilărie, când părinţii lor trăiau de asemenea pentru societate. Toate idealurile lor măreţe s-au prăbuşit, deoarece lipsea iubirea.

Tânăra a muncit mult cu ea însăşi. Ar fi învins moartea, dacă familia ar fi ajutat-o. Dar, vai, acest lucru nu s-a întâmplat. Sfârşitul ei m-a învăţat să văd ce monstruozitate – la care nu poţi nici măcar să te uiţi – se poate ascunde în spatele unei vieţi frumoase. Prin intermediul spiritului ea m-a ajutat ca împreună, eu şi ea, să facem un buchet de flori, ceea ce am şi făcut. Era un buchet care nu mai este acum la modă – romaniţe, albăstrele şi maci mari, roşii pe fundalul unei nopţi albastre-negre.

Până atunci ea îşi negase nevoile sufleteşti.

Cine se va elibera de frică la gândul că *nimeni nu mă iubeşte, va* descoperi lucruri uimitoare. S-ar părea că răul nu mai este chiar atât de rău, iar binele nu mai este chiar atât de bine. Că nimeni n-ar mai vrea să mă învinovăţească de ceva. Acela sau ălălalt nu mai sunt atât de răi, cum mi se părea mie. Pur şi simplu, totul există, cu binele şi cu ră-

ul său – este clar, simplu şi logic. Ca urmare, vine şi liniştea sufletească, bucuria de a trăi şi, evident, sănătatea.

Cu cât un stres, oricare ar fi el, stă mai mult în organism, cu atât mai probabil el se va transforma în răutate. De exemplu, cineva este trist, fiindcă simte că nimeni nu-l bagă în seamă şi că nimeni nu are nevoie de el. Acest stres este frica *nimeni nu mă iubeşte.* Cu timpul, el se va transforma în groază, ceea ce este mai rău, întrucât nimeni nu vrea să fie singur. Şi cândva, acest om se va supăra, fiindcă nu este iubit, se va supăra că nu este respectat şi aşa mai departe. Toate acestea duc la răutate.

Răutatea faţă de duşmănie înrăieşte.

Bucuria de a învăţa să ispăşim răul

Omul se naşte pe lume pentru a învăţa. Spiritul omului nu are un alt scop.

Spiritul ştie tot ce a învăţat în vieţile anterioare şi îşi prevede viaţa viitoare. El ştie ce mai are de învăţat. Învăţarea se face şi prin intermediul răului – aşa îl numim noi. În funcţie de scopul vieţii sale spiritul îşi alege părinţii cu mare iubire. El îşi alege tocmai pe acei părinţi care să-i ofere acel rău, prin care el să devină mai înţelept.

Imaginaţi-vă că unui adult i se oferă posibilitatea ca dintr-un mare număr de copii să-şi aleagă unul. Şi-ar alege pe cel care este mai rău? Dumneavoastră l-aţi alege? Copi-

lul este cel care îşi alege părinţii din cauza răului, ca să-i iubească şi să înceapă să înţeleagă acest rău. Cât de mare şi de pură trebuie să fie această iubire! Noi toţi ne-am ales părinţii în acest fel.

Noi apărem pe această lume ca să corectăm răul făcut de părinţi şi să devenim mai buni. Dacă reuşim, lecţia de viaţă este completă – spiritul a învăţat înţelepciunea. Tocmai de aceea, nimeni nu are dreptul să-i ia cuiva acest rău.

Oameni dragi! Înţelegeţi voi, oare, că, înainte de a vă naşte, veniţi pe lume ca să vă iubiţi părinţii din cauza acestui rău? Şi numai din cauza răului! Căci numai prin acest rău vine înţelepciunea.

Copilul vine pe lume pentru a îndrepta ce au greşit părinţii lor. Părinţii vor ca el să nu le repete greşelile, ce face - să facă corect.

În felul acesta, copiii şi părinţii au absolut acelaşi scop. Dacă ambele părţi ar conştientiza, ar înţelege acest lucru, părinţii nu l-ar mai obliga pe copil să facă ceea ce el oricum face. Constrângerea provoacă revoltă şi minunatul scop se transformă în contrariul său. Începe lupta dintre părinţi şi copii. Cauza este blocarea raţiunii de spaima că nimeni nu mă iubeşte.

Copilul nu conştientizează că cu cât părinţii, pe care el şi i-a ales, sunt mai răi, cu atât a scontat că va învăţa mai mult de la viaţă. Pentru el părinţii nu sunt răi, sunt cei mai buni. Cu cât negativitatea corectată de către spirit este mai mare, cu atât spiritul devine mai înţelept.

Dacă în momentul acesta hotărâţi că este mai bine să nu mai învăţaţi, v-aţi semnat condamnarea la moarte. Când totul a fost învăţat, vine moartea. Şi dacă spiritul vede via-

ţa altfel decât conştiinţa voastră, conştiinţa va avea mult de suferit. Cereţi iertare greşelii şi aflaţi că spiritul nu este leneş.

Copilul este suma dintre tată şi mamă

Nici un copil nu are la naştere mai puţin sau mai mult decât au mama sa şi tatăl său. El începe să atragă tot ce este în el. În felul acesta, începe să-şi înveţe până la capăt propriile lecţii de viaţă.

Până nu vom înţelege acest lucru, nu vom putea să ne înţelegem nici părinţii, nici pe noi înşine. Din acest motiv copilul nu-şi cunoaşte cu adevărat părinţii. De altfel, nu se cunoaşte nici pe el însuşi.

Simbolic, tatăl este scheletul copilului. Cum este sufletul tatălui, aşa este şi scheletul meu. Tata este suportul lumii mele fizice. Scheletul este carcasa pe care se sprijină totul. Dacă tatăl este slab, este slab şi scheletul. Dacă tata este fragil, oasele copilului se rup sau consistenţa lor este subminată de o boală. Dacă tatăl este slab interior, dar vrea să-i înfrângă voinţa copilului prin forţă, apar două pârghii de forţă care se contracarează şi scheletul copilului se deformează. Spiritul copilului nu şi-a ales însă un tată ca săşi rupă oasele. Tata trebuie să-i dea rezistenţă, forţă, raţiune, energie pentru a putea să meargă înainte cu determinare. Tata este baza lumii mele materiale.

Tatăl poate fi un pitic cu scheletul deformat, dar dacă copilul îl iubeşte, îl respectă şi toată viaţa îi va iubi acele calităţi care îi dau forţă, iar pe cele care îl fac slab le va conştientiza, le va înţelege şi va începe să le iubească şi pe ele, atunci scheletul acestui copil şi viaţa lui materială vor fi în regulă. Acest copil îşi iubeşte tatăl aşa cum este. Îl iubeşte nu doar pentru ce are bun. Pentru ca oasele să se vindece trebuie restabilită autoritatea tatălui. Ar fi bine dacă ar face-o chiar el. Pentru aceasta el va trebui, mai întâi, să-şi ierte mama şi soţia pentru că ele nu înţeleg sexul masculin şi îl distrug prin răutatea lor.

Copiii cu oasele deformate pot fi ajutaţi de părinţi. Dacă tatăl vrea să demonstreze că el este excepţia care nu are nicio legătură cu legile naturii, asta nu înseamnă ajutor.

Scheletul copilului spune adevărul şi atunci când copilul consideră că tatăl său este cel mai bun din lume şi o spune prin cuvinte. Corpul lui nu întreabă de ce omul nu are curajul să recunoască adevărul. Cuvintele pot să înşele şi prin puterea lor de convingere pot să amăgească raţiunea, dar corpul copilului nu ţine cont de acest lucru. Dacă nu se înzdrăveneşte, trebuie căutată cauza şi trebuie găsit un echilibru cinstit în înţelegerea reciprocă dintre tată şi copil.

Pot să-mi îndrept situaţia în felul următor:

Copilul poate să-şi corecteze greşelile în felul următor:

1. **Îi iert pe toţi cei care mi-au umilit tatăl în prezenţa mea şi în inima mea, mai ales pe mama, care,** purtându-mă în pântece, apoi educându-mă, îl umilea pe tatăl meu, fiindcă nu înţelegea sufletul bărbatului. Aceasta este o pedeapsă pentru sexul feminin de astăzi pentru setea lui de putere. O mamă care are nevoie de bărbat doar pentru a concepe un copil, întrucât părerea ei despre sexul masculin este, dintr-un motiv sau altul, mai degrabă negativă, va naşte un copil bolnav. O mamă singură care nu este intolerantă faţă de sexul masculin va naşte un copil sănătos.

2. **Mă iert pe mine că am admis toate astea şi am tras în mine o imagine deformată a tatălui meu.** Mă iert că, fără să-l fi cunoscut cu adevărat pe tatăl meu, ştiindu-l şi apreciindu-l aşa cum îl văd alţii, nu am văzut în el un om obişnuit, cu părţile lui bune şi rele.

3. **Îi cer iertare corpului meu, fiindcă i-am pricinuit un rău sistemului meu osos.** Cu alte cuvinte, am învăţat prin suferinţă.

4. **Îl iert pe tata, fiindcă nu şi-a recăpătat autoritatea,** că nu s-a cunoscut nici măcar pe el însuşi şi nu s-a eliberat de negativismul vieţii, lipsindu-mă de un tată adevărat.

5. **Îi cer iertare tatei, deoarece i-am provocat suferinţă şi, neînţelegând adevăratul scop al vieţii lui, l-am umilit,** pentru că n-am văzut în el un om cu părţi pozitive şi negative. Pentru că n-am ştiut să înţeleg cu inima partea lui bună şi cu raţiunea partea lui rea. Faceţi acest lucru chiar atunci când tatăl dumneavoastră nu mai este printre cei vii sau nu l-aţi văzut niciodată, fiindcă tata este mereu prezent în dumneavoastră sub formă de spirit şi nu puteţi să vă eliberaţi de el, chiar dacă doriţi acest lucru. Aveţi nevoie de acest tată şi de răul din el! Spiritul tatălui mort se va elibera când îl veţi ierta, şi prin aceasta viaţa dumneavoastră materială va prinde aripi.

Cu cât veţi ierta mai mult, cu atât veţi înţelege mai bine ce vreau să vă spun. Boala sistemului osos spune un

singur lucru. – blocându-vă rațiunea, vă blocați spiritul; corpul dumneavoastră vă dă insistent de știre.

Adesea, o imagine neadevărată provine din atitudinea mamei, din dezamăgirile ei, și ce să ne mai ascundem, din ambițiile ei și din aparența înșelătoare a vieții ei sufletești. Toate astea îi înrăiesc pe toți. Mama, care prin aerul ei de om jignit („vai, ce nefericită sunt!") caută compătimire, denaturează atât de mult adevărul, încât începe să creadă până și ea.

Influența negativă asupra bărbatului a femeii moderne, care dorește supremația, este foarte mare și dăunătoare. Străduiți-vă să vă înțelegeți tatăl și nu să-l judecați. El are un suflet vulnerabil. Și cum nu știu mamele să-l ocrotească!

Când vine la mine la cabinet o persoană cu oasele deformate și cu țesutul osos decalcifiat la maximum și spune că are cel mai bun tată din lume, asta înseamnă că el ori neagă răul, ori se teme să-l recunoască. Răul din tată, și anume slăbiciunea (toți așteaptă forță de la tată) este ridicat la rangul de virtute. Un om bun, nefericit, căruia toți i-au făcut rău, mai ales mama! Dar dacă mama nu-l umilea degeaba? Dacă era un om slab, și a moștenit și el acest lucru de la strămoși?

Adesea, unele secrete, bine ascunse de părinți, chiar nu sunt cunoscute de către copii și le provoacă boli. Asemenea copii, și ei secretoși, au venit pe lume să învețe lecția tăinuirii și a minciunii. Cu alte cuvinte, au apărut pe lume ca să învețe lecțiile tipice ale civilizației.

Subliniez - cine atrage răul (altfel răul nici nu putea veni) are un mod negativ de gândire, și, dacă vă veți ierta tatăl, prin asta nu l-ați făcut rău, ci, dimpotrivă, i-ați ușurat sufletul. Ați făcut ce n-a făcut el pentru dumneavoastră,

fiindcă nu a știut și de aceea sufletul lui s-a chinuit până acum.

Orice copil are nevoie de un tată puternic din punct de vedere spiritual. Lui trebuie să i se ierte slăbiciunea. Ea este o lecție pentru copil, el învață să fie puternic. Un om slab din punct de vedere spiritual devine, pe măsură ce se acumulează stresurile și neînțelegerile, foarte rău. Un om puternic nu se va înrăi niciodată – nu are nevoie să amenințe pe cineva, de el nu se lipește răul.

Dacă, spiritual, tatăl este slab spiritualicește, cauza inițială este mama și această cauză se va amplifica în el în cursul vieții lui împreună cu soția. Orice tată este atât de puternic pe cât îl iubește soția lui.

Un om slab vine pe lumea asta să învețe să devină puternic. Cel puternic vine să învețe să-l înțeleagă pe cel slab, să-l susțină, să-l ajute, să-l îndrume. Viața merge înainte grație celor puternici. Cu cât există mai mulți oameni puternici, care gândesc corect, cu atât omenirea va avea mai multă vitalitate. Dar, cu cât vor fi mai mulți oameni puternici, care nu gândesc însă corect, cu atât mai rapid omenirea va pieri.

Simbolic, mama reprezintă țesuturile moi ale copilului

Așa cum este felul de a fi al mamei, la fel sunt țesuturile moi ale copilului. Gândiți-vă și găsiți analogiile care există între caracterul mamei și țesuturile adipoase, mușchii și organele dumneavoastră și analogiile dintre caracterul ei și emoțiile de diverse tipuri. Iertați-o pe mama dumneavoastră și problemele ei, la fel și pe tată.

Iertarea mamelor este un lucru foarte greu, este însă o muncă binecuvântată. Vom mai reveni la această problemă.

Tatăl este spiritul copilului, mama este sufletul copilului

Fiecare om are un spirit şi un suflet. Ele sunt Dumnezeieşti, primordiale şi veşnice. Spiritul doreşte să dobândească înţelepciune şi de aceea el trebuie să se întrupeze într-un corp fizic pentru a-şi învăţa lecţiile rămase neînvăţate. Sufletul uneşte spiritul şi corpul. Apar pe această lume prin părinţi, care îşi dau din energia lor spiritului şi sufletului copilului – ele existând de la începutul lumii. Mai corect ar fi să spun că spiritul copilului este suma dintre energia primordială a spiritului şi energiile vieţilor anterioare ale tatălui; sufletul copilului este suma dintre energia primordială a sufletului şi energiile vieţilor anterioare ale mamelor. Fiecare viaţă nouă adaugă spiritului şi sufletului o nouă înţelepciune. Sarcina vieţii noastre actuale este să ne cunoaştem spiritul şi sufletul în această viaţă pentru a adăuga această înţelepciune la cea deja existentă.

Închipuiţi-vă un drum pe care merg unul după altul trei călători – bărbatul, femeia şi copilul. Aceştia sunt spiritul, sufletul şi corpul meu.

Călătorul bărbat este tatăl meu. El a ales calea vieţii mele şi mi-o pietruieşte în plan material aşa cum am eu

nevoie pentru a-mi învăţa lecţiile de viaţă. El mi-a format şi bolta mea cerească (spiritualitatea), fie că este înaltă, uşoară şi aurită, fie că este joasă, grea şi întunecoasă. Eu am vrut aşa. Cu cât bărbatul, sau spiritul, este mai în vârstă cu atât merge mai liniştit, întrucât vede viaţa în unitatea dintre bine şi rău. Pentru el totul este clar. Cunoscându-se pe sine, merge înainte înmulţind înţelepciunea.

Sufletul meu este ca femeia care merge în urma bărbatului. Aceasta este mama mea. Sufletul omului modern este de obicei neliniştit. Aceasta este natura femeii contemporane.

Corpul este copilul care trebuie să meargă mai departe pe drumul său. Cine nu se mişcă, acela piere. Stavilă în calea mişcării poate fi atât sufletul, cât şi spiritul. În principiu, este totuşi sufletul. Sufletul este acela care face ca lecţiile de viaţă să fie deosebit de grele şi să fie ţinute minte.

Tatăl este capul, mama – gâtul, copilul – corpul.

Problema principală a omului modern constă în faptul că spiritul şi corpul sunt despărţite. Fiecare dintre noi trebuie să ajungă ca gâtul să unească bine capul de corp, pentru ca sufletul să nu despartă spiritul de corp. Pentru ca mama să nu fie un zid între tată şi copil.

Bolile corpului sunt provocate de dezechilibrul dintre spirit şi suflet. Toate neînţelegerile posibile dintre părinţi, dezbinarea, cearta, lipsa de respect, umilirea, duşmănia, divorţul etc., care provoacă în corp emoţii negative, contribuie la apariţia la copil a aceloraşi greutăţi în mersul său.

Nici fuga de acasă, când este justificată prin obligaţii de serviciu, nu îşi are rostul. Taţi care mergeţi des în delegaţii! Revizuiţi-vă gândurile, mai ales dacă, în timp ce aţi lipsit, copilul vostru şi-a rupt oasele. Aceste oase rupte oglindesc viaţa voastră sufletească.

Mi-e milă de copiii care ascultă, cu un surâs trist, monologurile părinţilor prin care ei se justifică. Ei ştiu că oricum părintele va prezenta negrul ca fiind alb, chiar dacă prin aceasta îi face rău omului care îi este cel mai drag.

Copilul şi-a ales singur părinţii şi la o minciună reacţionează corespunzător. Poate să refuze să meargă mai departe pe drumul său, să se sacrifice de dragul părinţilor, să-i fie ciudă sau să fie rău cu ei; să fie trist, plângăreţ, îndârjit, neajutorat, dornic de răzbunare, să se dezică de ei etc. Toate aceste stresuri aşteaptă să fie eliberate.

DRAGI PĂRINŢI!

PUTEŢI SĂ ARĂTAŢI PE DINAFARĂ CUM DORIŢI, PUTEŢI SĂ FIŢI ÎN OCHII LUMII BOGAŢI, PUTEŢI SĂ AVEŢI O AUREOLĂ DE SLAVĂ, CĂCI OMENIREA ARE NEVOIE ŞI DE IDOLI, DAR ÎN FAŢA COPIILOR VOŞTRI SUNTEŢI ÎNTOTDEAUNA GOI, CA ÎN FAŢA LUI DUMNEZEU.

DACĂ DORIŢI SINCER SĂ DEVENIŢI BUNI, UITAŢI-VĂ LA COPIII VOŞTRI ŞI TRĂIŢI ASTFEL ÎNCÂT EI SĂ FIE SĂNĂTOŞI. SĂNĂTATEA ESTE IMAGINEA ÎN OGLINDĂ A VIEŢII. DACĂ COPILUL ESTE BOLNAV, ÎNSEAMNĂ CĂ PĂRINŢII NU TRĂIESC CUM TREBUIE.

Omul modern se amăgeşte şi pe el, îi amăgeşte şi pe alţii. Eul său lăuntric se ascunde în spatele unei bunătăţi aparente şi omul începe să creadă el însuşi că este bun. Se inventează tot felul de campanii publicitare frumoase, dar în esenţă ele sunt nocive şi nefolositoare. Se difuzează, de pildă, un clip: „Să nu baţi copilul", dar scopul lui este unul de compromis, te revoltă. Ar trebui să se spună: „Nu distruge sufletul copilului!" şi atunci trupul copilului nu ar mai fi ameninţat.

Copilul îşi va aminti cu recunoştinţă, măcar o dată, de bătaia primită de la părintele său iubitor. Dar, atunci când un părinte mincinos şi plin de ură îşi întoarce cu indiferenţă sau cu dispreţ faţa de la copil, prin aceasta îi rupe inima în mii de bucăţi. Părintele care în culmea supărării îi strigă copilului: *„Nu mai eşti copilul meu! Cară-te de aici! Nu mai ai părinţi!"* – îl omoară pe copil. Când îşi aminteşte de cele întâmplate, chiar în glumă şi în zeflemea, copilul va simţi din nou acea durere. Ironizarea lucrurilor petrecute nu corectează, ci îi provoacă o nouă durere copilului.

Fiecare spirit are drumul lui care îl poartă către soare. Pe acest drum merg bărbatul, femeia şi copilul. Tatăl, fiind spiritul, alege drumul. Dacă drumul meu este luminos, asta i se datorează tatălui meu. Dacă drumul este întunecat, tot tatălui meu i se datorează. Dar şi acest lucru constituie o lecţie de viaţă pe care eu însumi am dorit-o. Copilul vede bine umbrele lăsate de cei care merg înainte.

Cu cât soarele străluceşte mai tare, cu atât umbrele sunt mai intense. Umbra este negativitatea părinţilor. Copilul apare ca să iubească această negativitate, ca să devină înţelept. O poate face prin iertare. Prin iertare el poate să înceapă să-şi înţeleagă părinţii. Răul tatălui sau mamei se transformă în opusul său – binele, adică aceasta este lecţia de viaţă a copilului.

Umbrele dispar şi cei doi – femeia şi bărbatul – încep să meargă unul lângă altul pe calea vieţii. Este mai sigur şi mai uşor să meargă astfel. Între ei poate să vină şi copilul şi să-i ia de mână ca să meargă mai departe, până când el va creşte şi drumul va fi prea îngust pentru toţi trei. Atunci el o va lua înainte, lăsându-şi părinţii în urmă. Următoarea

generaţie trebuie întotdeauna să o ia înainte. În această situaţie fiecare spirit este însetat să-şi înveţe lecţiile de viaţă. Acest lucru ar fi fost posibil dacă omul ar fi învăţat să gândească corect. Astfel copilul îşi sintetizează din părinţi *propriul său eu.*

Acest trio merge pe cărarea vieţii. Fiecare dintre ei este un întreg independent care ar trebui să-şi asigure el însuşi libertatea. Dar, de obicei, ei nu fac acest lucru ci, dimpotrivă, se încurcă unul pe celălalt.

Omul nu ştie să fie liber, el nici măcar nu ştie ce înseamnă libertatea. Libertatea fizică nu conferă libertate sufletului, iar robia fizică nu limitează libertatea sufletului.

În mod simbolic, corpul ar fi putut să ocolească stavilele, atât pe cele din partea dreaptă (ţinându-se de tată), cât şi pe cele din stânga (ţinându-se de mamă), şi chiar pe dedesubt, săpând un tunel, sau pe sus – dacă ar fi ştiut.

Cel care merge pe dedesubt se înjoseşte şi n-are decât să-şi ierte această autoînjosire şi atunci va fi posibil să-şi ierte părinţii că l-au înjosit.

Cel care ocoleşte stavilele, făcând un ocol mare, acela va fi nevoit să aleagă în viaţă căi necinstite şi să recurgă la înşelătorie. Un astfel de om trebuie ca, în numele propriei bunăstări, să-şi întoarcă faţa de la situaţia nedorită, pe care ar fi vrut foarte mult s-o evite, întrucât copilul nu îi poate învăţa pe părinţi. Deşi, acest lucru ar fi normal, să te înveţe cel care este mai înţelept, chiar dacă este ultimul – copilul. Acela care nu este de-a dreptul receptiv la învăţăturile date de copil va fi silit să înveţe prin boli.

Sunt puţini cei care încearcă să biruiască în mod corect răul şi pentru că nu pot să o facă, biruinţa este grea şi este însoţită de stresuri. De regulă, răul este biruit prin ne-

garea lui, prin ignorarea lui, prin dorinţa de a vedea numai binele, ca şi când răul nu ar exista.

Ar fi bine dacă copilul ar merge drept şi cu curaj pe calea vieţii sale, iertând piedicile pe care i le-au pus în cale părinţii. Astfel, drumul se curăţă de negativitate şi copilul îndreaptă el singur acest rău. Aşa se naşte demnitatea, aşa se înmulţeşte înţelepciunea.

De obicei, oamenii nu au cunoştinţe pentru a face acest lucru. Se întâmplă de multe ori ca cineva să afle de la mine, la consultaţie, despre afacerile tenebroase ale părinţilor lui care i-au provocat boala. Până atunci nu a ştiut nimic. Corpul copilului nu întreabă dacă părinţii sunt cinstiţi sau nu, el învaţă în mod coerent.

Trebuie să înţelegeţi că în fiecare unitate există binele şi răul. Cine nu vede răul, nu are vederea bună. Răul trebuie înţeles cu raţiunea şi atunci răul pare a nu mai fi rău, ci un învăţător de la care ne vine priceperea de a aprecia corect viaţa. Copilul chiar are nevoie de răul părintesc, căci pentru aceasta a venit pe lume.

Moştenirea strămoşilor

Strămoşii îi dau părinţilor copilului spirit şi suflet.

Cu siguranţă vă este cunoscut străvechiul adevăr care spune că păcatele părinţilor îi urmăresc pe urmaşi până la a treia generaţie. Părinţii părinţilor sunt acei „păcătoşi" pentru greşelile cărora sunt pedepsiţi nepoţii. Toate bunici-

le şi toţi bunicii care au trăit precum câinele şi pisica pot să-şi „admire" nepoţii şi să nu caute vinovaţi inexistenţi la şcoală şi pe stradă.

Omului i-a fost dăruită de către natură o viaţă atât de lungă pentru ca el să poată vedea ce a creat cu propriile sale mâini – pe nepoţii săi – ,atât în bine, cât şi în rău, şi săşi poată corecta singur greşelile. Cel care o face, vede că nepoţii devin buni şi iertători, fără să fie obligaţi.

Iertându-i pe bunici pentru durerea sufletească pe care au pricinuit-o părinţilor mei, eu mă eliberez de lanţul de stresuri ale părinţilor mei şi simt eu însumi cum vine linişte sufletească. Este o muncă imensă şi binefăcătoare.

Nu uitaţi că, pentru voi, părinţii voştri sunt spiritul şi sufletul ce trăiesc veşnic. Sufletul şi spiritul celui căruia îi trăiesc părinţii, fixează în orice moment existenţa lor.

Boala mea sufletească este în acelaşi timp şi boala mamei mele, sănătatea mamei mele este şi sănătatea mea etc.

Tăria spiritului meu este tăria tatălui meu. Boala sufletească vine de la durerea sufletească a tatălui.

Când părinţii părăsesc această lume trecătoare, omul nu mai este schimbător în sufletul lui, se linişteşte şi asta se explică prin faptul că nu mai este îngrijorat din cauza părinţilor. Şi este adevărat, însă numai din punct de vedere al vieţii fizice. De regulă, acum începe să aibă un inexplicabil sentiment de vinovăţie şi oricât ar încerca să se liniştească – nu mai e nimic de făcut, sentimentul de vinovăţie faţă de părinţi nu dispare.

Cine nu ştie sau nu vrea să-şi ierte părinţii, principala sarcină a vieţii lui va rămâne neîndeplinită. În sufletul lui va rămâne pentru totdeauna sentimentul de vinovăţie. Şi

acest sentiment duce la îmbolnăvirea inimii. Când inima nu este continuu alimentată cu sânge, suferă tot corpul.

Pentru majoritatea oamenilor aprecierea corectă a binelui şi a răului este un lucru dificil. E mai uşor să recunoşti răul. El îţi sare în ochi şi îţi sparge urechea. Bunătatea falsă, vicleană, poate să-i înşele pe toţi, chiar şi pe victimă. Luaţi-vă ca ajutor simţurile voastre, urmăriţi ochii oamenilor – privirea lor spune adevărul. Un om sincer se uită în ochii celuilalt, cuvintele şi expresia ochilor vorbesc aceeaşi limbă. Şi chiar dacă nu vă spun nimic, puteţi concluziona în mod logic că acela ascunde ceva rău. Iertaţi-l pe cel care vă minte, ca să-i daţi curaj. Iertaţi-i pe toţi, iertaţi tot ce vă nelinişteşte. Dacă veţi evita să priviţi în ochii cuiva, întrebaţi-vă - de ce oare? – şi cereţi iertare stresurilor.

Consecinţele micilor noastre greşeli se întorc împotriva noastră.

Consecinţele greşelilor noastre mari se întorc şi împotriva copiilor noştri pentru ca lecţia să fie mai aspră.

Consecinţele greşelilor foarte mari cad şi asupra nepoţilor, pentru ca lecţia să fie învăţată dureros.

Repet iarăşi şi iarăşi – nu căutaţi cauza bolilor în afară, ci în dumneavoastră înşivă. Eu însumi poate însemna şi cei care mi-au dat viaţă (părinţii) sau, indirect, străbunii.

De exemplu, o cauză tot mai frecventă a diabetului zaharat o constituie căsătoria fără iubire. Copilul născut dintr-o astfel de căsătorie este un diabetic latent sau ascuns; pentru el lipsa de iubire a ajuns deja la un punct critic. Dacă omul va încerca să-şi aranjeze viaţa familială doar prin

muncă, sentimentul lui de iubire va fi şi mai fragil. Fără nici un motiv vizibil, copilul lui poate să facă diabet, şi nimănui nu-i va trece prin cap că o ceartă banală în familie poate însemna mult mai mult decât atât. Pentru copil însă, cearta dintre părinţi echivalează cu distrugerea iubirii. O mică ceartă poate însemna ultima picătură care umple paharul şi provoacă diabetul.

Acolo unde se consideră că baza familiei este goana după avere, în cazul unui insucces, apare cu uşurinţă răutatea. Răutatea ucigătoare faţă de un insucces se întoarce chiar împotriva soţului, prin învinuiri, şi începe să-i distrugă pancreasul. Soţul care şi aşa se străduise să facă imposibilul, va răspunde acum cu învinuiri umilitoare la adresa soţiei. Aşa apare ura faţă de mângâierile reciproce, faţă de tandreţe, faţă de visuri. În astfel de momente viaţa nu mai are niciun sens întrucât partea adversă a rănit profund bunăvoinţa celuilalt, cu adevărat tandră şi intimă.

Pancreasul se află în jumătatea stângă a corpului, în jumătatea masculină. Fiind ţesut moale, el este femeia.

Un pancreas bolnav este ca o femeie care se amestecă cu agresivitate în zona unde domină bărbatul. Diabetul este răutatea distrugătoare a femeii contra bărbatului şi – ca răspuns – răutatea ucigătoare a bărbatului contra femeii. Esenţa răutăţii constă în faptul că *„celălalt mi-a distrus fericirea şi frumuseţea vieţii"*. Diabetul este boala urii pe faţă sau a urii tăinuite, mârşave, mizerabile, ticăloase. Ea apare acolo unde visele ca de poveste s-au năruit.

Pancreasul este situat în zona unde se află sentimentul de vinovăţie. Diabetul zaharat înseamnă distrugerea insulelor Lagerhanz din pancreas. Doar răutatea distruge. Diabetul zaharat în sine este legat de învinuiri. Învinuieşte cel

care vrea să fie mai presus decât celălalt. Cine iubeşte, nu simte dorinţa şi nevoia de a fi superior.

Diabetul apărut la bătrâneţe arată că omul dependent de muncă începe, odată cu vârsta, să-şi urască tot mai mult partenerul, deoarece munca excesivă i-a băgat în pământ iubirea. Nici nu-şi mai aduce aminte de ce a venit pe lume. A uitat că munca este făcută pentru om şi nu omul pentru muncă. El îi învinuieşte şi îi stigmatizează pe alţii, distrugându-se pe sine îndoit. La persoanele în vârstă diabetul zaharat este tipic pentru femei. Şi totul numai pentru că le place să caute defectele la alţii, mai ales la bărbaţi, ca să-şi mai îndulcească viaţa.

Corpul unui diabetic în vârstă arată că părinţii săi nu s-au iubit. Orice altceva avea importanţă pentru ei şi se învinuiau reciproc pentru tot. Răutatea lor le-a făcut viaţa atât de amară, încât sunt nevoiţi ca, prin corpul copilului, să tragă învăţăminte din faptul că n-au ştiut să-şi îndulcească viaţa aşa cum ar fi trebuit. Diabetul zaharat este încercarea corpului uman de a-şi face viaţa mai dulce.

Corpul unui diabetic care s-a îmbolnăvit din copilărie arată că bunicii şi bunicile lui nu s-au iubit şi nu i-au învăţat nici pe părinţii lui să se iubească. Se vede treaba că aveau altceva mai bun de făcut. Când ambele perechi de bunici se urăsc, diabetul infantil are o formă deosebit de gravă.

Întrucât pancreasul este un ţesut moale, cauza primară se află la părinţi, pe linie maternă. Când copilul diabetic are osatura afectată, problema se referă la părinţi, pe linie paternă.

În general, diabetul este o boală imunitară. Imunitatea este dată de glanda tiroidă. Această glandă se află în stân-

ga şi în dreapta traheii, în zona controlată de frica *„nimeni nu mă iubeşte"*.

Diabetul este o boală ereditară. Ereditatea este, pe scurt, o lege a naturii care spune că similarul atrage similarul. Noi moştenim caracterul părinţilor noştri, chiar atunci când nu avem ce moşteni, şi în asta constă valoarea supremă a vieţii, întrucât de aici izvorăşte înţelepciunea veşnică a spiritelor.

Cine îşi iartă părinţii şi pe părinţii părinţilor lui, le salvează sufletele de povara vinovăţiei şi în acelaşi timp îi uşurează, dar îşi uşurează şi el sufletul pentru vieţile viitoare.

Fiecare părinte care a clădit greşit viaţa copilului său, poartă în suflet povara vinovăţiei, pe care nu şi-o poate explica – greşeala care nu a fost îndreptată.

Fiecare copil care vine pe lume să ispăşească răul părinţilor lui pentru a căpăta înţelepciune, dar care nu şi-a iertat părinţii şi prin asta nu a învăţat ce trebuia, va fi apăsat şi el de un sentiment de vinovăţie pe care nu şi-l poate explica. Iertarea are o forţă mai mare decât ne imaginăm.

Exemplu din viaţă

S-a prezentat la cabinet o femeie bolnavă psihic care se scrântise din cauza spaimelor şi care nu ascundea faptul că are o viaţă dezorganizată şi nici că are probleme psihice. Pe măsură ce eu îi povesteam mai multe despre problemele ei moştenite de la părinţi – pe care ea, din proprie voinţă, venise pe lume să le rezolve – conştientul ei se

lumina, ca spre sfârşitul consultaţiei să gândească mai raţional decât oricare alt om cu o gândire aşa-zis normală. Sinceritatea, cordialitatea ei respira căldură şi dorinţă de a înţelege, dar, din cauza spaimelor, arăta ca o fiară hăituită. A amuţit de fericire când a înţeles chinurile sufleteşti ale mamei ei, o femeie uşuratică şi imorală, care au obligat-o să-şi abandoneze copiii. Suferinţele unui copil abandonat de mama sa n-au înrăit-o, fiindcă ea spera să afle cândva că mama ei nu era deloc o mamă rea. Frica *„nimeni nu mă iubeşte"*, moştenită de la mamă, a transformat-o într-o bolnavă psihic, dar nu a împins-o la ură.

Ar fi vrut tare mult să afle de ce mama ei era aşa, trebuie să fi avut ea un motiv. Motivul era bunica ei, care îşi distrusese soţul prin dorinţa ei de a-l domina. Fetei îi era drag de tatăl ei, dar nu-i plăcea înfăţişarea lui şi felul în care se purta. Se temea şi de mama ei şi de el şi plecase de acasă hălăduind prin lume în căutarea iubirii. Frica şi nepriceperea de a iubi atrăgeau spre ea bărbaţi la fel ca ea. În voluptatea iubirii concepeau copii, pe care apoi îi abandonau. Mai târziu, sentimentul de vinovăţie faţă de copii a crescut atât de mult, încât a început să prefere anturajul unor persoane necunoscute, care nu o ştiau şi nu o arătau cu degetul.

Femeia a ascultat cu înţelegere povestirea mea. Încetişor, privirea i s-a luminat şi neliniştea a dispărut. Nu a urmat nici un fel de tânguială sau de văicăreală – stătea şi se gândea. Mi-a povestit apoi că şi ea şi-a lăsat copiii şi că fiica ei n-o va ierta cu nici un chip. Această femeie a conştientizat asemănarea ei cu mama sa şi a adăugat oftând că fiica ei nu va recunoaşte că seamănă cu ea şi n-o va ierta. *„Cereţi-i iertare pentru greşelile dumneavoastră, în gând şi prin fapte. Aţi înţeles, sper, că generaţie după generaţie*

ați amplificat aceste greșeli. Dumneavoastră sunteți figura centrală a trei generații și sunteți cea care trebuie să îndreptați greșeala" – o dăscăleam eu. *„Acum am înțeles. Fiul meu, care a venit la dumneavoastră, mi-a pus să ascult caseta în care îi explicați tot așa, pe înțeles, soarta părinților și bunicilor lui. Eu sunt la fel ca ei, numai că mult mai rea. N-ați vrut să-l faceți să sufere și nu i-ați spus tot. Băiatul m-a iertat, simt acest lucru. Dar fata nu mă va ierta."* Nu-și învinovățea fata, era gata să-și îndrepte greșeala, deși era o muncă grea de tot.

Înainte de a veni ea, a venit fiica ei împreună cu copilul. Era o tânără obraznică, un specimen gata să sară în sus și să-ți trântească ușa în nas la auzul a ceva ce nu-i este pe plac. *„Cum adică să iubești o asemenea mamă și să o ierți? Niciodată! Ea mai și crede că tot ce a făcut în viața ei a fost numai bine. N-aș vrea să am o asemenea mamă pentru nimic în lume."* Nu putea să înțeleagă sensul următoarei fraze: **suntem datori să lămurim totul pe această lume, fie ca proștii – să ne facem vânătăi și cucuie, fie ca deștepții – să învățăm din greșelile altora.** Aceasta era problema ei personală pe care ea însăși trebuia să și-o înțeleagă.

Este trist să vezi o astfel de tânără care refuză să se schimbe, dacă nu primește ceva în schimb. Să înceapă dintr-o dată, hodoronc-tronc, să gândească într-un mod nou, era îngrozitor de greu pentru ea. Când i-am spus că o roade lăcomia, a protestat vehement. Cică, dimpotrivă, ea a rămas fără soț. Cei care au educat acest specimen, au sădit în ea o concepție de viață total răsturnată – să nu cruți pe nimeni care ar avea vreo vină. Era imposibil să o clintești de pe această poziție. Se considera excepțională și declara că îl iubește mai presus de orice pe tatăl ei și, prin

urmare, faptul că nu are grijă de soț, nu înseamnă că este incapabilă să iubească bărbatul. Nu era în stare să înțeleagă că iubirea pentru tatăl ei era mai degrabă o provocare la adresa mamei ei, care își abandonase copilul. Era, de fapt, o iubire prin reciprocitate – te iubesc pentru că mă iubești și tu. Așa ne amăgim, așa amăgim și pe alții. Și în felul acesta partea vizibilă a vieții este dată drept singura adevărată.

Tânăra aceasta era ca o mucenită. Țeluri frumoase, nobile, înțelegere rațională a propriilor greșeli, dorința de a-l proteja pe celălalt, totul era doar o poză de mucenită – *m-au făcut să sufăr și asta nu pot să iert.* Pentru aceste cuvinte va fi sortită la noi suferințe. Fiind tânără, nu a avut încă parte de crize mari. Că într-una din viețile ei anterioare și-a abandonat și ea copiii – asta nu-și mai aducea aminte.

Iată un exemplu de dezechilibru al spiritului, sufletului și corpului care a dus la boală.

O femeie de 55 de ani a fost operată la șoldul stâng, i s-a pus o articulație artificială, dar nu mai putea să meargă. A fost supusă la cinci operații, dar cu același rezultat – piciorul nu rezista. Articulația artificială era respinsă de către os, bolnava era disperată și se gândea că, în cazul ei, este vorba despre un eșec medical. Medicii înșiși, prin glume deplasate, nu făceau decât să îi amplifice această groază. Un om speriat nu are chef de glume, nici nu le înțelege.

Spiritul ei (adică tata) era ca un bătrân foarte activ, fără astâmpăr, dornic de veselie și de înțelegere, care nu era deloc înțeles de un suflet foarte autoritar și exigent (adică

de mama). *Să muncim, nu să ne distrăm!* Din acest motiv, spiritul o ia pe alt drum.

Sufletul continua să meargă strângând din dinți, interzicându-și orice bucurie și în același timp spunându-și că are tot ce-i trebuie.

Corpul se deplasează cu o greutate pe inimă, piciorul stâng (jumătatea paternă) este parcă desprins și depărtat de trunchi (piciorul simbolizează mișcarea spre înainte). Corpul știe cât de greu îi este sufletului când spiritul se duce mult în față. El se simte vinovat că nu-i poate da ajutor sufletului. (Mamei nici prin cap nu-i trecea că sprijinul sufletesc al copilului ar fi fost și pentru ea un suport, din toate punctele de vedere. *Ce poate înțelege un copil din ce fac ăia mari?* – aceasta este opinia generală). Corpul ar vrea tare mult să meargă împreună cu spiritul. Fiindcă spiritul uman merge și trebuie să meargă înainte.

Spiritul și sufletul ei = bunicul și bunica pe linie maternă erau așa: spiritul, moale prin natura sa, era un visător care se străduia să înțeleagă ce e în jurul lui; ar fi ajuns foarte departe, dacă nu l-ar fi împoldit mereu sufletul și dacă, din cauza asta, n-ar fi obosit rău de tot. Sufletul ar fi vrut multe și să le aibă repede, așa cum și-a pus în gând. Îi mâna pe toți de la spate, fără milă, în numele unui scop bun – mari realizări materiale. Cu cât mergeau mai departe, cu atât sufletul se înrăia și el, iar spiritul obosea și mai tare. Corpul vedea că, dintre ei, mai iute era sufletul, îi plăcea mai mult de el decât de spiritul care se târâia îngândurat. De aici părerea că cine nu muncește până uită de el nu trăiește cum trebuie. Stresurile contradictorii care s-au împletit în corp, l-au tensionat ca un arc.

Spiritul tatălui ei = bunicul pe linie paternă – era un călător fără astâmpăr, căruia îi plăcea viața. Când obosea

se întorcea la sufletul său = soția sa, și de fiecare dată o uimea în mod plăcut, căci un suflet iubitor vrea totdeauna să-l sprijine pe spirit prin iubire. Formau o pereche veselă, pozitivă, care se susține reciproc. Mergând cu bucurie pe calea lui, corpul lor știa că, totuși, din când în când, este nevoie de ceva important care să le impulsioneze bucuria. Se temea de tristețe.

Acum, judecați și dumneavoastră logic!

Mama acestei femei era un om care vedea sensul vieții exclusiv în muncă, restul era socotit a fi rău. Tatăl femeii era un om plin de viață, dar îi era frică de oamenii supărați. Se întâlniseră două extreme. Din punct de vedere al naturii stresurilor lor, erau atrași unul de celălalt, dar nu-și învățaseră lecțiile de viață – nu învățaseră să se echilibreze reciproc, să se înțeleagă. Urmarea a fost boala copilului lor. Dacă această femeie ar fi fost, chiar din tinerețe, rea, decepționată de viață, o persoană care acuză pe toată lumea, boala i s-ar fi declanșat atunci; în cazul ei s-a întâmplat la o vârstă mai înaintată.

Femeia cu piciorul bolnav a apărut pe lume tocmai ca să învețe să echilibreze extremele, dar, din păcate, a făcut-o prin suferință. A reieșit din discuții că, într-adevăr, tatăl ei era un om plin de viață, un om de ispravă, care s-a îndrăgostit de altă femeie și și-a întemeiat o nouă familie. Până la sfârșitul vieții a continuat să aibă legături strânse cu fiica lui. Fiica îl respecta foarte mult și de aceea, la început, nega că el i-ar fi produs vreo durere sufletească. Se străduia, prin rațiune, să fie mai presus de aceste lucruri și orice cuvânt rău spus despre tatăl ei ar fi fost considerat o pângărire a unui lucru sfânt. Și cu toate astea, în adâncul sufletului ei, ascundea o înverșunare față de modul în care el s-a comportat.

Mama ei era o femeie voinică, vrednică, de toată stima. Datorită ei familia trăia bine şi copilul căpătase bune deprinderi de muncă. În afară de muncă, nu discuta altceva cu mama ei. Fiica îşi iubea foarte mult mama, deşi între ele exista o anumită tensiune pe care nu şi-o puteau explica.

Fiica însăşi era o doamnă corpolentă, veselă, care dorea să vadă din orice doar partea bună. Partea rea o înghiţea pe nerăsuflate şi se îngrăşa. În viaţă renunţase la multe lucruri care i-ar fi făcut plăcere şi care i-ar fi trebuit, se subapreciase, deşi nu-şi recunoştea chinurile. *Sunt totuşi o optimistă* – aceasta era convingerea ei sinceră. Nu înţelegea că se juca cu ea însăşi de-a şoarecele şi pisica. Se măritase cu un om bun, căruia îi plăcea viaţa, şi deodată, hop eşecul – soţul o înşela. A urmat divorţul, după care soţul, absolut sănătos, moare subit.

Femeii îi era dor de tatăl ei, îşi iubea soţul, dar sufletul ei ştiuse să-şi câştige iubirea doar din muncă. Socotea că i-a iertat pe toţi, dar nu ştiuse să ierte. Frica *nimeni nu mă iubeşte,* care i se ascunsese în suflet, atrăgea ceva asemănător, dar ea îşi înăbuşea spaimele prin sudoarea muncii. Soţul o iubise, o admirase, numai că ea a aflat acest lucru abia la parastas. În afară de ea, soţul ei nu vedea pe nimeni – atât de mare era nevoia lui de iubire, dar nu ştiuseră să comunice. Soţul aşteptase ca, măcar o dată, să se deschidă şi ea şi să-i dăruiască iubirea cu generozitate, fără nici o nuanţă de obligaţie conjugală, dar ea nu înţelesese, fiind blocată de frică.

Soţul a început să caute iubirea în altă parte, dar şi el avea frica *nimeni nu mă iubeşte* şi nu şi-a găsit nici un fel de satisfacţii. Înţelesese că este vinovat şi că nu-i vor fi iertate greşelile. Îşi imputa că i-a distrus ei iubirea şi inima

lui nu a mai rezistat. A părăsit lumea fizică, dar în suflet continua să stea alături de soţia sa, fiindcă acum înţelesese totul. Sentimentul inexplicabil de vinovăţie o făcea pe soţie să se învinovăţească şi talia ei continua să se îngroaşe. Încerca să se autoconvingă că nu are nicio vină – el era acela care plecase la alta. Sufletul ei ştia însă adevărul şi nu-i dădea linişte. Acum a ajuns şi spiritul la acest adevăr.

Femeia a înţeles totul corect şi a încetat să-şi mai nege stresurile. Piciorul a început să se înzdrăvenească. În două săptămâni şoldul stâng s-a îndreptat, durerile au dispărut. Ţesutul osos a început să se întărească. Sănătatea i s-a normalizat. De acum, zi de zi, îşi simţea soţul alături. Îi ceruse iertare pentru tot. Era fericită. Relaţiile ei cu soţul fuseseră efectul. Relaţiile cu părinţii şi neînţelegerile dintre ei fuseseră cauza. A iertat cauza şi efectul a dispărut. Dacă şi în continuare va căuta să-şi corecteze gândurile, va continua şi procesul de însănătoşire.

Repet încă o dată – noi înşine ne alegem părinţii din cauza răului. Copilul care, în sufletul lui, îşi respectă părinţii, chiar dacă au fost răi pentru el, va avea o viaţă bună şi o sănătate bună. Respectul este energia iubirii. Dar, respectul şi iubirea nu trebuie să fie oarbe.

Cu cât vă veţi elibera mai mult de stresuri, cu atât mă veţi înţelege mai bine.

Trei paşi până la răutate

Stresurile acţionează ca un sistem, provocând anumite boli. Toate bolile încep de la stresuri. Toate stresurile încep de la frica *nimeni nu mă iubeşte.*

Principalele stresuri sunt: **sentimentul de vinovăţie, frica şi răutatea**. Toate celelalte sunt variaţii sau combinaţii infinite ale stresurilor principale.

Similarul atrage similarul, această lege a naturii este baza creşterii stresurilor şi transformării lor în boli:

A. Stresul care se află **în mine** începe
B. să atragă *spre mine* stresuri asemănătoare, care
C. ţâşnesc *din mine* când devin prea multe.

Când se acumulează prea multe stresuri, un stres se va transforma în alt stres:

1. Sentimentul de vinovăţie creşte şi devine frică.
2. Frica creşte şi devine răutate.
3. Răutatea îl distruge pe om.

În final, orice stres creşte şi devine răutate:

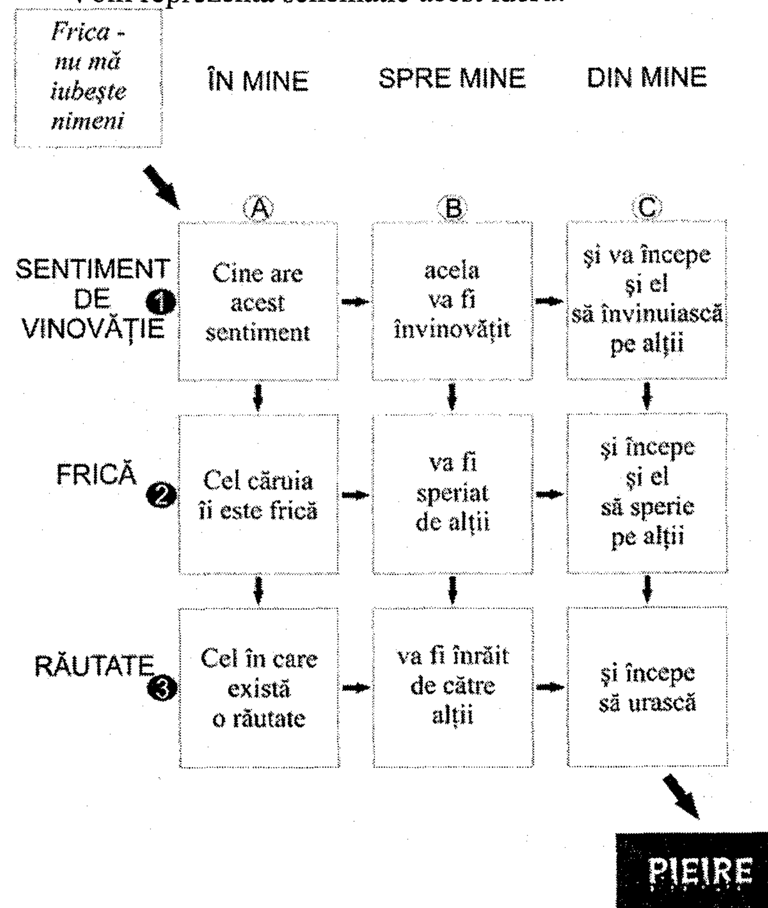
– cine se simte vinovat, va fi el învinovăţit de alţii şi va începe să se învinovăţească el însuşi – este deja o răutate;

– cui îi este frică, va fi speriat de alţii şi va începe şi el să sperie pe alţii – este tot o răutate.

– cine are o răutate, va fi scos din sărite de către alţii; se va înfuria şi va începe el însuşi să urască – este deja răutate concentrată care se va transforma în a dori răul cuiva sau în răutate cu rea-intenţie, în duşmănie distrugătoare.

În cele enumerate mai sus se ascunde modul sistemic de acţionare a stresurilor.

Vom reprezenta schematic acest lucru:



În fiecare rând şi în fiecare coloană, în matricele stresurilor domină bolile de un anumit tip:

1 Sentimentul de vinovăţie provoacă boli de inimă şi de plămâni.

2 Frica provoacă boli LA rinichi şi suprarenale.

3 Răutatea provoacă boli de ficat care la rândul lor se manifestă sub formă de boli de piele pentru ca răutatea să fie văzută şi la suprafaţă şi să-i arate omului că trebuie urgent să înceapă să se elibereze de răutate, altfel ea îl va distruge.

A Un sentiment de vinovăţie mic, o frică mică, şi o răutate mică provoacă devieri psihice.

B Când omul este învinovăţit, speriat şi înrăit de către alţii, apar boli psihiatrice.

C Când omul acumulează în el o mare răutate contra altora şi contra lui însuşi, se dezvoltă boli care afectează ţesuturile. Cu cât răutatea este mai puternică, cu atât bolile sunt mai grave:

– boală cu secreţii serice + purulente – de la un simplu guturai până la un focar de infecţie şi septicemie generală;

– afectarea integrităţii ţesuturilor moi – de la mici zgârieturi până la răni mari;

– afectarea integrităţii oaselor – de la fisuri până la fracturi;

– edeme diferenţiate în funcţie de localizare şi de natura lor – de la tumori maligne la cancer;

– boli infecţioase noi şi puţin cunoscute cu final letal rapid – de la SIDA până la boli care încă nu au o denumire.

Calea cea mai scurtă de la frica *nimeni nu mă iubeşte* până la moarte merge pe diagonala matricei şi este deschisă pentru bolile metabolice şi imuno-deficitare.

Imunitatea este asigurată de tiroidă. Ea ar trebui să aibă dimensiunile unei palme. La adulţii de azi ea este ca un rudiment, este cât vârful degetului mare şi nu este capabilă să-şi îndeplinească funcţiile. Această modificare este provocată de frica *nimeni nu mă iubeşte.*

La copii, tiroida este adesea atât de mărită încât în ea apar tumori. Copilul care a atras în el răutatea ascunsă a părinţilor şi care, încă de mic, este încăpăţânat, capricios, neascultător, autoritar, răuvoitor este ameninţat de creşterea tumorală a tiroidei.

Dacă frica *nimeni nu mă iubeşte* creşte şi se transformă în înverşunare, cruzime şi în răutate că *nimeni nu mă iubeşte,* şi dacă acest sentiment se transformă în obtuzitate şi în indiferenţă faţă de toţi şi de sine însuşi sau în dorinţa de a cuceri indiferent cum iubirea cuiva, iar blocajul este atât de mare, încât iubirea nu mai este recunoscută, sau dorinţa a devenit ireal de mare, a sosit timpul pentru SIDA. Acolo unde a început SIDA s-a terminat şi nevoia de iubire spirituală. Când iubirea se transformă într-un obiect, oamenii încep să preţuiască averea. Apare astfel dominaţia materialismului extrem care îi satisface pe oameni până când spiritul se opreşte din dezvoltare deoarece el se mişcă numai în virtutea iubirii. Indiferent cum este idolatrizată bogăţia, doar în gând sau chiar în fapte, un lucru este clar: acest spirit nu mai are suficientă hrană pentru suflet – nu mai are iubire.

SIDA este un sindrom imunodeficitar.

Simbolic:

– imunitatea este iubire sufletească,

– sufletul este mama

– sindromul este totalitatea caracteristicilor

SIDA este totalitatea simptomelor ce caracterizează absenţa iubirii materne.

Acolo unde locul mamei a fost luat de portofel, unde s-a înrădăcinat opinia că se poate obţine orice cu bani, inclusiv iubire, acolo terenul este propice pentru apariţia SIDA.

Un bolnav de SIDA poate să simtă cu amărăciune că îi lipseşte acel ceva ce ar putea să-i dea forţă vitală – iubirea maternă. Dacă va putea să-şi ierte mama pentru greşelile ei, boala va trece. Este o muncă foarte grea pentru cei care venerează bogăţia.

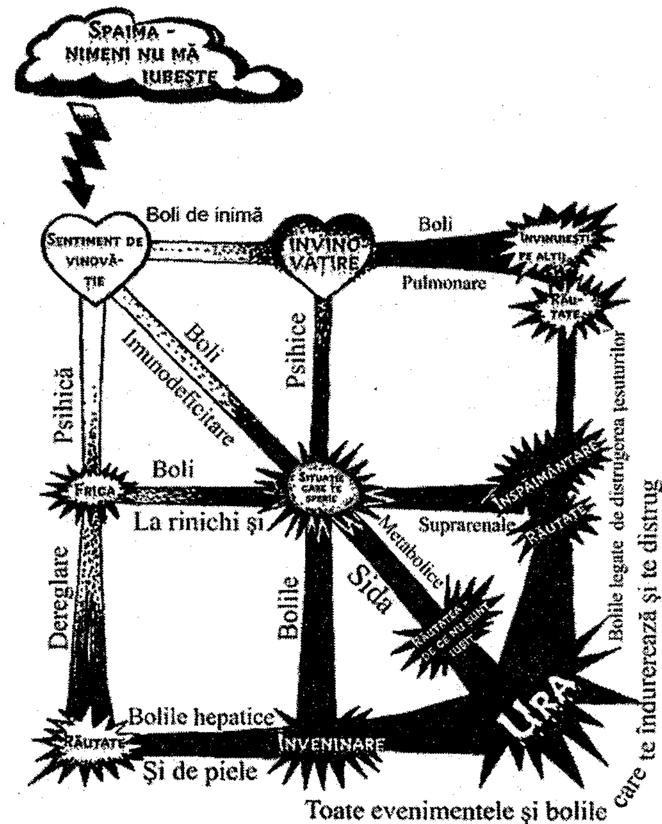
Un om pustiit sufleteşte caută iubirea. Numărul contactelor sexuale, în continuă creştere, devine un fel de chestiune de onoare, dar, din păcate, creşte corespunzător şi pustiirea sufletească. Hipersexualitatea este un semn de pustiire sufletească. În momentul critic ea face o întoarcere de 180 de grade şi descoperă că sexul opus nu-i mai poate oferi liniştea sufletească şi atunci se trece la homosexualitate, aceasta fiind doar o dulce amăgire.

Din ce în ce mai tare, sufletul imploră iubire, dar face totul pentru a merita frica *nimeni nu mă iubeşte* şi din acest motiv frica nu se eliberează. Prea sunt materialiste reprezentările din lumea actuală a banului. Rămâne o singură posibilitate – să devii cunoscut, să ajungi celebru. Să fii venerat, să ai glorie, să fii admirat, să fii adorat... Se poate, dacă devii un star, sau dacă intri în cartea recordurilor, dar golul sufletesc tot nu va fi umplut.

SIDA apare acolo unde sunt negate valoarea familiei şi importanţa unor relaţii bune între părinţi şi copii, ca bază a existenţei fizice actuale. SIDA este boala lipsei de iubire, senzaţiei de gol sufletesc total. Acţiuni zgomotoase de faţadă, opere de binefacere în ajutorul tovarăşilor de su-

ferinţă, bravadă demonstrativă şi tonică pentru unii – toate sunt de ochii lumii.

Transformarea principalelor stresuri în BOALĂ fizică



Fie ea familia cum o fi, dar existenţa ei poate să îndrepte răul. Când nu mai există familie, când nu mai există părinţi pe care să-i poţi considera ai tăi sau atunci când nu mai ai în suflet chipurile lor sau când părinţii sunt nişte

străini indiferenți, când copilul rămâne singur pe lume, fără să aibă măcar o amintire despre părinții lui sau o moviliță de pământ la care să se ducă să le cinstească cu sfințenie memoria, atunci salvarea poate fi SIDA, să-i ducă acolo unde vor fi iubiți.

Bucuria de a recunoaşte răutatea

Adevărata valoare a omului constă în înțelepciunea spiritului său. Înțelepciunea vine prin spini.

Micile înțelepciuni ale unui om mic vin prin cunoaşterea unor greutăți fizice.

Marile înțelepciuni ale unui om mare vin prin cunoaşterea greutăților spirituale.

Devine din ce în ce mai înțelept cel ce învață să învingă greutățile fizice prin eforturi spirituale. Cel mai înțelept este acela care învață să transforme materia cu ajutorul gândului. Cu cât o face mai rapid, cu atât este mai capabil, ca elev.

Viața omului trebuie să evolueze de la simplu la complex şi această mişcare nu se va opri niciodată. Omenirea de azi, noi toți, îi complicăm dezvoltarea, deoarece am dat uitării legile naturii. Ne închipuim că dacă spunem că negrul e alb, totul va fi în ordine.

Nu ştim că orice rău mic este o forță care pune în mişcare şi, invers, că un rău mare este ucigător. Nu ştim să înțelegem logic că un bine mic ne face să ne agităm pentru a

realiza un bine mare, în timp ce acest mare bine, căzut pe capul nostru fără să-l merităm, ne îngroapă şi ne ucide prin binele său. Nu ştim, ori considerăm că nu este nevoie, să ne echilibrăm viața sufletească, fiindcă nu ştim că spiritul se mişcă prin forța ce i-o dă sufletul. În schimb, ştim să ne amăgim prin diverse mijloace.

Încă o dată despre principalele stresuri.

Nu ne jenăm să ne recunoaştem **sentimentul de vinovăție.** În subconştient, acest sentiment naşte simțul datoriei. Simțul datoriei duce lumea înainte. Fără el, nu ar mai fi mişcare în viitor. Dar, dacă sentimentul de vinovăție depăşeşte limita, apare **frica** din cauza căreia mişcarea devine anormal de tensionată. O frică moderată îl face pe om să alerge pentru a-şi realiza scopurile, în timp ce frica dincolo de limită îl face să o ia la goană sau să o ia pe alt drum. În final apare răutatea.

Alergăm, deoarece *altfel nu reuşim să facem pentru alții atâta bine cât ar trebui.* Aşa se spune, şi nu ne jenăm să spunem şi noi la fel, întrucât faptele bune ne fac cinste. Reuşim tot mai puțin să ascundem frica devenită răutate, fiindcă vrem să arătăm că suntem persoane educate. Cu cât omul este mai sincer, cu atât este mai dispus să recunoască faptul că tot ce face pentru ceilalți, face, de fapt, pentru el.

Cu cât omul este mai intelectual, cu atât mai mult se teme să-şi arate răutatea. Cu cât societatea este mai civilizată, cu atât sunt mai mulți cei care îşi ascund în ei răutatea, se prefac că nu văd jocurile urâte şi, din cauza aparentei lor superficialități, se distrug pe ei, îşi distrug copiii, distrug omenirea. Strigătul sufletului care imploră iubire nu se mai aude din cauza banilor. Credința în puterea banului îl omoară, încetul cu încetul, puțin câte puțin, pe fe-

ricitul ale cărui nevoi se limitează numai la cele fizice şi la fericirea proprie.

SIDA încearcă să-i deschidă omului ochii asupra integrităţii lumii. Evoluţia relativ lentă a acestei boli îi spune: *„Încă mai ai destul timp să-ţi îndrepţi greşelile. Frica şi răutatea ta că nimeni nu te iubeşte,* că *iubirea nu are o valoare specială se află în tine. Ele sunt în stare latentă şi se vor trezi. N-ai ştiut niciodată să iubeşti cu sufletul, acum e timpul să înveţi s-o faci. Corpul tău piere fiindcă nu e iubire sufletească."*

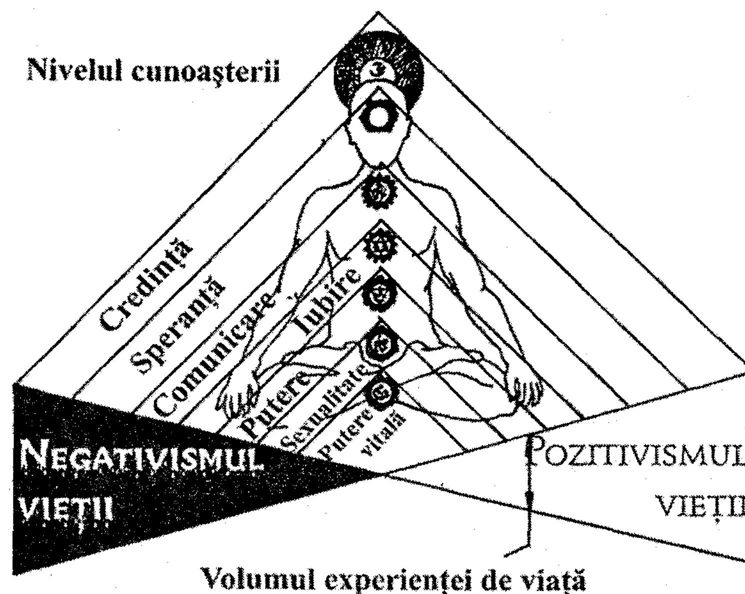
În felul acesta încearcă boala să-l ajute pe cel bolnav. Va veni, probabil, şi vremea când îl va învăţa să pună familia la loc de cinste.

Nivelul la care se află noţiunile şi reprezentările omului determină mărimea experienţei lui de viaţă. Omul poate să-şi ridice el însuşi acest nivel.

Copilul învaţă mai întâi să meargă, apoi să vorbească şi abia pe urmă să gândească. Dezvoltarea începe de la chakra întâia, în linie ascendentă. În plan simbolic, nivelurile de dezvoltare ale omenirii sunt aceleaşi. Un om se dezvoltă, în principal, până la nivelul chakrei întâi, altul – mai sus, altul – şi mai sus ş.a.m.d.

Răul şi binele oferit de viaţă este perceput de către fiecare om în funcţie de nivelul lui de dezvoltare. Unul va rămâne infantil toată viaţa, altul este bătrân şi raţional încă de la naştere. Modul lor de a percepe lumea este diferit.

Nivelul cunoaşterii şi volumul experienţei de viaţă



Sufletul copilului se uită la picioare şi vrea ca drumul să-i fie neted. El pretinde, răspunde, şi dacă nu obţine ce doreşte, începe să bată din picior şi să ridice pumnul.

Unul care s-a îndopat la şcoală cu mari filozofeli, face el însuşi, dar pretinde mult mai mult de la ceilalţi, pentru că, după părerea lui, are dreptul să pretindă – doar el ştie cum şi ce trebuie făcut.

Cel care a câştigat înţelepciune prin experienţa lui de viaţă, îşi croieşte el însuşi calea pentru un drum lung. Aşa îi va fi mai uşor să meargă. Capacitatea de a raţiona de-

monstrează creşterea în lăţime şi în adâncime a posibilităţilor lui. Pentru un om spiritualizat, ponderea nivelului fizic devine din ce în ce mai mică. Pe de altă parte, nu poate fi ignorat nici corpul şi nici minimalizată importanţa lui. Corpul are nevoie să se dezvolte, să se întărească, să se antreneze, are nevoie de agilitate şi de rezistenţă. Doar în felul acesta îi arătăm corpului că îl iubim. Celui care nu ştie acest lucru, îi va şi apărea o piedică în cale şi va cădea. Prin aceasta, nivelul fizic îţi aduce aminte că el există şi îţi arată cât de important este să înţelegi întregul.

Dacă un deştept îl înţelege pe un prost, înseamnă că este deştept. Prostul, însă, nu poate să-l înţeleagă pe un deştept şi de aceea este nevoie ca, mai întâi, să se deştepte el. Omul modern face totul ca să capete înţelepciune pe căi cât mai complicate. Şi, deşi în final ajunge la o mare înţelepciune, a pierdut prea mult timp şi prea multe vieţi pentru asta. Acum, viaţa ne goneşte din urmă, prea am irosit-o în zadar.

Cel care se teme să pară rău, este rău.

Şi-a ascuns prea mult răul, se teme să-l arate altora şi se teme să recunoască că are răul în el. Modul de raportare al unui om faţă de ceilalţi este diametral opus modului lui de raportare faţă de propria negativitate. Cine vede paiul din ochii altuia, nu vede bârna din ochii lui.

Răutatea proprie este cea care atrage răutatea celorlalţi. Cine îşi stabileşte poziţia în raport cu răutatea altuia, de fapt, îşi stabileşte poziţia în raport cu el însuşi.

Se pot deosebi şapte niveluri de răutate proprie (şi frică) corespunzător cărora avem şapte moduri diferite de raportare la ele şi şapte moduri de comportare faţă de ele.

Un om care nu ascunde că este rău, îşi recunoaşte răutatea şi îi este uşor să scape de ea. Unul care văzut din afa-

ră pare echilibrat, nu înţelege de ce trebuie să se schimbe, că doar este şi aşa echilibrat. Cel care îşi ascunde răutatea se revoltă – chipurile, el este un om *bun*, care nu face rău nimănui. El are nevoie ca răutatea lui să crească mare ca, prin ea, să înveţe o lecţie mare.

	Nivelul de răutate		Atitudinea faţă de răutatea respectivă	Mod de comportare în raport cu această răutate.
1.	Răutate fizică activă	Răutate care nu este ascunsă	Trebuie să te distrug!	Fac eu ordine cu pumnii.
2.	Răutate fizică pasivă		Trebuie să te dispreţuiesc!	O să te insult sau o să-ţi spun ce cred despre tine.
3.	Răutate dominatoare		Trebuie să te forţez să fii ca alţii!	O să te sperii şi în felul acesta o să te pun la colţ.
4.	Răutate reţinută	Răutate echilibrată	Nu te iubesc!	N-am nevoie de iubirea ta.
5.	Răutate respinsă	Răutate ascunsă	Nu discut cu tine!	Nu stau de vorbă cu tine ca să vezi că sunt mai bun(ă) decât tine.
6.	Răutate care dormitează		Nu mă gândesc la tine!	Nu vreau să mă gândesc la tine, vreau linişte.
7.	Răutate adormită		Nu exişti pentru mine!	Pentru mine nu există rău, eu obţin totdeauna ce vreau.

Treziți răutatea adormită din dumneavoastră și veți vedea că, pe neobservate, ea își va aduna forțele și când se va trezi s-ar putea să constatați că ceva v-a scăpat iremediabil! Negarea răutății înseamnă să spui că răutatea nu există. Dar, răutatea a venit să vă învețe ceva și nu se va potoli până nu vă va da o lecție, indiferent cât de mult ați nega-o. Nefericirea celui care neagă constă în faptul că nu înțelege ce neagă, fie că e naiv ca un copil, fie că își menține, conștient, părerea. Cel care neagă va fi nevoit să sufere, deși, după părerea lui, tot ce face este corect. E mai bine să recunoașteți că ce vedeți la altul există obligatoriu și în dumneavoastră Căutați-l și eliberați-vă de el.

Negativiștii mă fac să zâmbesc. Prin discursurile lor contradictorii ei simt nevoia să-și argumenteze propriul lor adevăr. Fără să mediteze la sensul vorbelor mele, negativistul mă mitraliază cu ceva de genul acesta: *"Nu, nu insist cu adevărul meu, și totuși eu am dreptate."* Când încerc să-l fac să gândească, se simte jignit, devine irascibil, se supără. Dar neagă și acest lucru. De aceea, cam desișor le spun: *„E ușor să ai de-a face cu oameni răi, cu cei buni este o adevărată bătaie de cap."*

Dorința de a te opune răutății îl distruge pe om. Învățați să lăsați răutatea să treacă prin dumneavoastră, dar să nu se lipească. Când sesizați care este locul prin care trece – acolo aveți cele mai mari probleme. Dacă, la început, nu reușiți sau vă este greu să sesizați, sau în acel loc a apărut răul pe care l-ați simțit, eliberați-vă de frică și continuați să lucrați cu imaginația. Dibăcia de a lăsa răutatea să curgă prin tine astfel încât să-ți fie bine, constituie un ajutor neprețuit pe care ți-l acorzi tu însuți.

Exemple din viață

Pentru ca să înțelegeți cum o generație după alta își transmite caracteristicile următoarei generații, vă voi da un exemplu mai amplu care vă oferă hrană pentru a medita. Mulțumesc mult acelei doamne care a fost de acord să-și facă publică viața pentru a ajuta pe alții – de dragul învățăturii. Nu i-a fost ușor. *„Ca cel puțin alții să învețe din prostia mea"*, îmi spunea ea, încercând să nu plângă. Un astfel de om se va vindeca, fără discuție, de orice boală. Această doamnă era un luptător, un om puternic prin părțile lui bune și prin cele rele. Ajunsese cu greu la înțelepciunea de a ierta, fiind însă tenace, a învățat.

Fiul doamnei a venit la mine să se vindece de alcoolism. Mama lui (această doamnă) se afla într-o criză. Era într-o perioadă de căutări spirituale, mergea drept la țintă, deși i se puneau bețe în roate. Această doamnă – mama fiului –ura bărbații, dar în același timp flămânzea după dragostea unui bărbat. Dragostea și ura coexistă în orice om, dar atunci când ura crește peste măsură, ea distruge dragostea. Viața omului este grea și extenuantă tocmai pentru ca valorile obținute să fie prețuite mai mult. Omul este dator să-și păzească conștient iubirea și să o crească.

Doamna nu mă contrazicea, dar nici nu voia să ierte. Nedreptatea pe care i-o făcuseră fiul ei și soțul părea a fi mult prea mare. Am simțit pericolul ce se apropia, am avertizat-o, dar ea nu m-a înțeles.

Au trecut trei săptămâni. Doamna s-a trezit cu o boală foarte gravă – glaucom. Avusese ocazia să vadă multă mizerie în viața ei, încât ochiul a hotărât să o ajute să nu mai

vadă, pentru că ea nu ştia să o facă în alt mod, mai deştept. Acum a recunoscut că are în ea o răutate contra sexului masculin.

Omul trăieşte pentru el. Doamna aceasta nu era de acord cu mine – ea trăieşte pentru copii. Aşa spun toate şi, dacă încerci să le demonstrezi contrariul, se supără. Acum şi-a adus aminte de vorbele mele, pe care înainte nu voia să le înţeleagă. Eu spusesem adevărul. Omul face bine altuia, fiindcă aşa este mai bine pentru el.

Părinţii doamnei:

Tatăl doamnei îşi alesese o cale relativ luminoasă, dar nu însorită. Drumul era, în sine, înşelător, vremea de afară râdea cu ironie. Bărbatul ba ar fi vrut, ba n-ar fi vrut să meargă pe această cale. Avea în el o răutate zeflemitoare. N-a iertat niciodată nimic şi pe nimeni. Nu era conştient că, luând totul în zeflemea, era în permanenţă agresiv şi vedea peste tot numai pericole. Tensiunea creată de această stare a lui de autoapărare îl împiedica să-şi urmeze calea. Nu ştia că un spirit care nu se mişcă, piere. Ar fi vrut ca în acelaşi timp să şi meargă înainte să se şi întoarcă, fiindcă nu ştia de unde ar putea să vină lovitura. Văzând în toate numai rău, nu observa că prin asta atrage răul. Un astfel de bărbat nu poate să nu atragă ura. Are nevoie să fie urât. Provoacă violenţă, ca apoi să lupte contra ei. Era un om cu o atitudine extrem de negativă faţă de orice.

Mama doamnei mergea pe drumul ei, dar nu-şi scăpa soţul din ochi. În aparenţă era o femeie curajoasă şi puternică, dar în sufletul ei se aştepta ca soţul să-i facă o ticăloşenie. Ştia că nu este pregătită să facă faţă la aşa ceva. Fusese nevoită să trăiască tot timpul în tensiune, era obosită şi se umilea şi, totuşi, au mers mai departe şi au început să

se urască din ce în ce mai mult, pentru că, nu-i aşa? el nu suporta femeile timide şi supuse.

Copilul lor, adică <u>doamna însăşi</u>, mergea pe acest drum ca un om decepţionat, care nu mai are nici o speranţă şi care vede că nu se poate bizui pe niciunul dintre părinţi. Mama ar fi fost mai pe placul ei, dar nu-i plăcea că e moale. Ar fi vrut ca ea să înfrângă cerbicia soţului ei, ar fi vrut ca ea să lichideze răul. Nu înţelegea că în felul acesta răul ar fi fost şi mai mare. Îl dispreţuia pe tatăl ei. Mergea în viaţă dispreţuind şi urând bărbaţii.

Părinţii tatălui doamnei, ai acestui om extrem de negativ (bunicii pe linie paternă)

Bunicul pe linie paternă mergea pe o cale luminoasă, dar era foarte moale şi nu avea demnitate. Acest bărbat meşterea toată ziua, voia să simtă bucuria lucrului ieşit din mâna lui. Îi plăcea ca soţia să-l împingă de la spate, să-l oblige să facă ceva. Nu putea să fie independent, să meargă pe drumul lui.

<u>**Bunica pe linie paternă,**</u> soţia lui, era o femeie ambiţioasă, ahtiată după onoruri. Cerea să fie aprobată şi respectată de către ceilalţi. Nu înţelegea că dorinţa ei de a ieşi în evidenţă se datora nerealizării personalităţii ei. Nu era un om rău, dar o înrăiseră visele ei neîmplinite.

Copilul lor, tatăl doamnei, ştia că în viaţă trebuie să conducă bărbatul, nu femeia. A apărut în el repulsia faţă de femeia care îşi mână de la spate bărbatul şi în acelaşi timp un fel de ură faţă de bărbaţii moi din fire. Ştia că nu va deveni niciodată un astfel de bărbat. Dispreţul lui a crescut şi s-a transformat în ostilitate faţă de cei care stau la locul lor. El a devenit exact opusul tatălui său, întrucât

tatăl său era un bărbat cu o structură sufletească extrem de moale.

Părinții soției acestui bărbat extrem de negativ (bunicii pe linie maternă)

Bunicul pe linie maternă era un om foarte calm și liniștit: *totul se rezolvă.* Lăsa viața să curgă și ea curgea și totul se aranja parcă de la sine. Se culca fără să știe ce e aia tristețe și viața se aranja de la sine. Și dacă nu ieșea nimic, nu era nicio nenorocire. Înainta pe calea vieții ca într-o poveste feerică. Era cam leneș, îi plăcea comoditatea, dar nu era un om neglijent. Când se apuca de un lucru, îl făcea cu grijă. Avea un dar deosebit: îi plăcea să mediteze. Când se culca, dormea și nu dormea – medita. În asta consta știința lui deosebită de a trăi. Cerul și pământul erau pentru el un întreg unitar. Simțea viața în toată plinătatea ei, gândea totul până la cele mai mici finețuri și nu făcea niciodată mișcări în plus.

Soția lui, bunica pe linie maternă era o femeie care nu stătea locului, dar era neajutorată. Din tot ce plănuia nu ieșea nimic. I se părea că dacă soțul ei ar fi fost un alergător mai sprinten, totul s-ar fi aranjat. Era ca o babă-cloanță cu toiagul în mână, care umblă de colo-colo, ocărăște și dă ordine, dar care nu vede că din alergătura ei nu iese nimic. Părea o femeie rea, dar era binevoitoare ca fire și ocările ei nu-l afectau deloc pe soț. Așa știa ea să arate satului că are grijă de viața familiei ei.

Copilul lor, mama doamnei se înrăise văzând această viață. Văzuse că toiagul mamei ei nu speria pe nimeni. Văzuse pozitivitatea tatălui ei. Viața părinților ei i se părea un spectacol fals, plăsmuit pentru alții. Ea avea nevoie de sinceritate totală, ceea ce era corect și de înțeles.

Acestea au fost niște schițe de portret din genealogia doamnei. Mai avem acum spiritul fiului ei, sau tatăl lui (soțul doamnei), sufletul fiului, sau doamna însăși și el, fiul, cu atracția lui pentru alcool.

Soțul doamnei – tatăl băiatului - alesese pentru copilul lui o cale poleită cu aur, orbitoare, pe care însă el însuși a vrut să o părăsească. Simțea că este un om prea de rând ca să poată să apuce pe acest drum – omul este înclinat să se subaprecieze. Ar fi vrut să facă viața foarte bună. Mergea pe marginea drumului, nu pentru că îi era rușine de el însuși, ci pentru ca să nu-l stânjenească pe fiul lui. Acest om își simțea într-adevăr negativitatea și nu voia ca ea să-i influențeze și pe alții. Ținuturile prin care trecea drumul lui erau și ele de rând, cu oameni de jos. Era înconjurat de negativitate, dar pe-a lui nu și-o lăsase pe drum. Era un om capabil de luptă, un om care curățase drumul vieții pentru copilul lui.

Soția lui, mama băiatului, sau personajul principal al acestui exemplu, era orbită de lumina strălucitoare ce venea de la omul care mergea înaintea ei, de la soțul ei, dar simțea o nemulțumire. În sufletul ei era ascunsă dușmănia față de tatăl său și acum, na și soarele acesta orbitor! Din această cauză nici nu putea să facă lucrul pentru care venise pe lume – o împiedica pozitivitatea soțului ei. Ea apăruse ca să se răzbune, dar nu mai putea să vadă bine și ar fi vrut să se răzbune chiar și pe asta. Nu înțelegea răul și binele. Nu știa să vadă ce e în fața ei pe drum, vedea ce este alături de drum, adică faptele soțului. Nu înțelegea nici măcar împotriva cui luptă. Acesta era spiritul inflexibil al tatălui ei.

Fiul, copilul lor, ar fi vrut ca tot ce este pe lume să fie atât de mare, încât el să poată să stea cu picioarele pe pământ şi cu capul în nori: să fie înalt şi să vadă totul ca o salcie unduitoare care îşi apleacă crengile la pământ. Ar fi vrut ca de sus, dinspre soare, să se aplece şi să-i privească în faţă pe aceşti doi oameni. Din păcate, omului nu îi este dat să fie atât de înalt, ca să vadă viaţa de sus. Băiatul nu crede ce vede în spate. Nu vrea să creadă în răul părinţilor lui şi cu toate acestea vede că relaţiile dintre părinţi sunt inexplicabil de incorecte. Între ei se adună nori grei de furtună. În sufletul lui sentimentele sunt amestecate şi îl apasă.

În fine, bunicii fiului pe linie paternă care şi-au ales calea aurită.

Bunica după tată este o femeie care deplânge pierderea soţului ei şi nu vede în fiul ei un bărbat capabil să o ferească de necazuri. Viaţa ei înseamnă jelirea soţului dus şi nu bagă de seamă că fiul ei aşteaptă ca ea să-l accepte ca sprijin. Fiul are senzaţia că femeile nu îl înţeleg şi că el ar trebui să le demonstreze ceva care să contrasteze, ceva ce să le sară în ochi, ca în felul acesta să fie remarcat de către mama lui. Aspirase în el esenţa idealizatoare, aurie a tatălui său şi greutăţile vieţii acestuia, ca nişte cripte sumbre, negre, de pe marginea drumului. Şi iată că acum vine, în auriu şi negru, să câştige atenţia femeilor, dar, fiindcă nu avea învăţătură de la tatăl lui fizic, se teme şi nu ştie să se poarte cu ele. Ştie să comunice doar cu bărbaţii. Şi aşa s-a şi întâmplat – soţia lui nu l-a înţeles nici până în ziua de azi.

Bunicul după mamă este soţul care a murit de timpuriu.

Dacă aţi citit cu atenţie, aţi văzut cum oamenii atrag asupra lor lecţiile de viaţă şi cum, în loc să le înveţe repede şi cu cap, încep să şi le însuşească prin suferinţe, acumulând stresuri. Dacă ne cunoaştem genealogia, ne putem ajuta în multe privinţe. Pentru cine nu şi-o cunoaşte, este mai greu.

Citind cele de mai sus, o să-mi ripostaţi că, în condiţiile acestea, toţi copiii dintr-o familie ar trebui să fie la fel.

Fiecare copil vine din viaţa lui anterioară în care a căpătat o experienţă de viaţă total diferită. Vine la părinţii actuali să înveţe ce are nevoie. Părinţii însă nu au numai acele trăsături de caracter prin care copilul ar fi vrut să înveţe anterior. Şi nici copiii nu se nasc simultan.

Ca să vă fie mai clar, mă voi opri la esenţa spiritului fiicei acestei doamne care şi-a ales calea aurită a bărbatului şi la esenţa sufletului ei – mama ei.

Fiica – copilul – vede un tablou idealizat, cu un bărbat de aur, soţul doamnei, care pleacă. Ea vede acelaşi lucru ca fratele ei. Ea urmăreşte cu spaimă (spaima creşte din ce în ce mai mult) şi cu tristeţe cum pleacă tatăl ei. În situaţia creată, ea începe să facă istericale, să distrugă, gata-gata să se schilodească, dar n-avea cum să se târască până la el şi să nu-l lase să plece. Vede că singura persoană care ar putea să-l reţină este mama ei, dar mama stă ca o statuie, cu un chip indiferent. Copilul nu este în stare să înţeleagă. Copilul – fiica – ştie că dacă bărbatul va dispărea de la orizont, pământul de sub statuie se va prăbuşi. Frica nebună de a-şi pierde tatăl – bărbatul – creşte şi se transformă în groaza de a-şi pierde şi mama. Fiica va creşte şi va deveni o isterică, din ce în ce mai rea, care se străduieşte, în acest mod, să îndrepte situaţia. Nu înţelege că, fiindu-i atât de frică, face să se apropie dezmembrarea familiei. Intrată

în panică din răutate, ea nu vede că distruge totul, chiar pe propriii copii, deoarece groaza de a rămâne fără bărbat a depăşit limitele ei de înţelegere.

Şi totuşi familia fiicei s-a destrămat pe neaşteptate, şi cu mare scandal.

Femeile nu ştiu că bărbaţii se simt umiliţi şi se enervează când sunt nevoiţi să cerşească un pic de iubire. Amărăciunea bărbatului se transformă în răutate, care se transmite de la o generaţie la alta, de la tată la fiu. Cu un astfel de soţ viaţa nu este prea dulce – şi pe bună dreptate – deoarece pe femeie au format-o fandoselile şi spaimele mamei ei sau bunicii ei.

Dacă fiecare, atât femeia, cât şi bărbatul, s-ar elibera de stresuri, tortura reciprocă ar înceta. Dacă soţul şi soţia şi-ar găsi timp să se privească în ochi şi s-o facă astfel încât să simtă în clipa aceea că sunt sinceri, să simtă cum sufletul li se umple de căldura înţelegerii, ar înţelege că o căsătorie nu înseamnă a pretinde, ci a da, iar cel care dă va fi fericit. Şi dacă, din când în când, gândurile şi sentimentele lor ar mai fi întărite şi prin cuvinte, familia ar fi solidă. Atunci n-ar mai fi nevoie să-şi spună unul altuia: *„Dovedeşte-mi şi atunci o să te cred."*

În acest maraton, când lucrurile din plan sufletesc sunt demonstrate materialiceşte, omenirea a şi ajuns pe marginea prăpastiei. Mai există două posibilităţi: cine este sus, merge spre spiritualitate, cine este în prăpastie – merge spre pieire. Cel care caută în el greşeala, va înţelege comportarea celuilalt şi în familie se va reinstaura pacea. Şi sufletul copiilor va rămâne şi el sănătos.

Doamna din exemplul nostru a avut de îndurat destule încercări: fiul ei – alcoolicul, care, trecând peste defectul lui, era un om bun şi părea iubitor, a început acum să-şi

învinovăţească mama. Deşi ştia despre ce e vorba, celulele creierului lui erau distruse de alcool şi nu mai erau capabile să se refacă într-un timp atât de scurt. Comportamentul fiului, îi provocase ei o depresie. Aroganţa ei de altădată îi distrugea acum spiritul printr-o cu totul altă lecţie. În felul acesta te pedepseşte viaţa. Această lovitură prin ripostă i-a învăţat pe amândoi, şi nu va fi ultima.

Neştiinţa de a ne imagina altfel corpul nostru ne face să purtăm în noi greutatea stresurilor. Când ne eliberăm de stres, corpul devine mai uşor, el se înalţă, apare bucuria deschiderii. Abia atunci omul va înţelege ce am încercat eu să-i explic şi nu va mai refuza să ierte.

Multă lume se miră de ce corpul lor cântăreşte atât de mult, în timp ce alţii, de aceeaşi statură şi care poartă acelaşi număr la îmbrăcăminte, se simt mult mai uşori. Şi de ce la ei bolile durează atât de mult şi sunt atât de grele? Dacă am lua de exemplu gripa: la unii apar complicaţii, la alţii trece într-o săptămână.

Cu cât frica *nimeni nu mă iubeşte* este mai mare, cu atât în omul respectiv se acumulează tot felul de stresuri posibile, pe care el le ascunde şi nu se hotărăşte să-şi privească viaţa în faţă. Fiind un om bun, îţi spui: *„Altora le e şi mai greu"*. Te uiţi, şi pentru o vreme inima ţi se linişteşte. Este o autoamăgire care roade ca un vierme.

Unii spun: *„Ştiu că aşa trebuie să fie. Totuşi, nu-mi pot permite orice. Vreţi să spuneţi că e rău? Dar eu sunt absolut liniştit. M-am lămurit."*

Nu, nu e rău, rău e ce se ascunde în spatele cuvintelor, altfel nu aţi fi acum bolnav. Trebuie să vă recunoaşteţi adevăratele gânduri şi adevăratele aspiraţii şi nu să faceţi din negru alb.

Un astfel de om (şi sunt mulţi ca el) acumulează în el stresuri, le neagă prezenţa şi caută o justificare raţională, ca să se liniştească. El vrea să fie bun – reţinut, politicos, nepretenţios, dar faptele lui arată că nu are sufletul uşor, că nu se bucură, că nu este mulţumit. Este doar renunţare şi obligaţie. El este omul normal al timpurilor noastre. Îl văd cât e de încăpăţânat, când încerc să-i explic că are multe stresuri de care trebuie să scape.

Omul nici nu-şi poate închipui câte stresuri pot să încapă în el. Dacă cineva ar şti să le spună numărul, ar fi extraordinar! El are însă convingerea fermă că – *nu am aceste stresuri sau nu le mai am.*

Fiecare om încearcă în felul lui să-şi liniştească sufletul, dar nu ştie să se elibereze de stresuri. Se compară cu unul care este urât, bogat şi rău, dar nu se compară cu unul care este sărac şi care este şi mai rău. Primului îi este teamă că se va ruina, dacă nu va investi în continuare, şi această teamă creşte şi devine răutate. Al doilea se înfurie că cei bogaţi nu împart bogăţia cu el. Să le moară şi lor capra. Răutatea acestuia aşteaptă să fie eliberată. Pândeşte şi adună forţe.

Omul acesta şi-a însuşit unilateral adevărul că:

– banul este rădăcina răului;

– bogăţia este un lucru cumplit care, mai devreme sau mai târziu, îl va nenoroci pe cel care o are;

– a fi cineva e tot rău, suferi în sufletul tău fie şi pentru că nu ai reuşit să te afirmi, şi asta îţi toacă nervii şi îţi trezeşte frica *nimeni nu mă iubeşte.*

Şi-a ales în viaţă calea de mijloc, ca să nu fie un om rău. Nu poate să devină conştient că acest lucru se întâmplă din cauza fricii *nimeni nu mă iubeşte.* Dar, cel care nu

are, poate să fie iubit şi de bogaţi şi de săraci. Îi este ruşine să aibă acest stres şi atunci zice: *„Nu cred că este aşa!"*

Dragul meu, boala din partea inferioară a corpului tău îmi spune că e pe dos. Poţi să nu te mai gândeşti deloc, dar stresurile vor continua să-şi facă treaba. Totuşi, omul are creier ca să mai şi gândească. Orice stres care s-a acumulat la maximum, provoacă în final răutate, oricât ne-am ascunde şi oricât am nega. Chiar dacă vrei, nu te poţi amăgi.

Dacă frica atrage răul, răutatea distruge.

Distruge, indiferent cum şi indiferent în ce parte a corpului – fie că este o rană care s-a cicatrizat urât, secreţii purulente (tuse, guturai, furuncul), fracturi la oase, decalcifieri, reumatism, ruperi de vase de sânge (sângerări pe suprafaţa corpului sau hemoragii interne, congestii cerebrale, infarct), fie că e cancer. Variaţii sunt multe, principiul este unul singur – răutatea distruge.

Un bărbat de 45 ani se plângea că are dureri şi că i s-au anchilozat articulaţiile mâinii drepte, la încheietura cotului. Îşi pusese comprese, se unsese cu diverse, durerea nu-i trecea, ba dimpotrivă, se intensifica. Explicaţia pe care şi-o dădea el era că la serviciu făcea lucrări de construcţie mai complicate care implicau eforturi fizice pentru strângerea buloanelor. Dacă ar fi fost aşa, suprasolicitarea muşchilor şi a tendoanelor ar fi trecut într-o săptămână.

Dau eu explicaţia: mâna + partea dreaptă a corpului = frica *nimeni nu mă iubeşte* legată de sexul feminin, care te obligă să munceşti mai mult, ca să meriţi iubirea. Mâna lui s-a împotrivit unei astfel de munci. Ea ar fi lucrat mai cu plăcere, dacă bărbatul s-ar fi eliberat de stres, dar el s-a în-

căpățânat – *dacă nu mă plâng de stresul acesta, înseamnă că el nu există.*

N-am de gând să intru într-o polemică. Nu vrea, să fie sănătos! Orice om are dreptul să fie sănătos sau bolnav, numai că cel bolnav ar trebui să știe că el iradiază o energie negativă spre cei din jurul său și, în primul rând, spre familia lui. Mai devreme sau mai târziu, acest lucru va duce la conflicte familiale. De echilibrul din familie depinde sănătatea sistemului osos al copiilor, așa că ar fi mai bine să înceapă să gândească.

Bazinul bărbatului era mai lăsat în stânga și spre spate. Nici nu-și putea imagina că disconfortul la genunchi, pe care îl simțise încă din copilărie, s-ar fi putut trage și de aici. În casa lor era stăpână mama, tatăl era dominat de ea și stătea în umbra ei. Nu progresau, dorințele lor, atât ale mamei, cât și ale tatălui, erau mai mari decât posibilitățile pe care le aveau. Frica tatălui *nimeni nu mă iubește* creștea și, ajuns un om în vârstă, îi uimea pe toți, și pe el însuși, cu accesele lui de furie și de răutate. Fiul era revoltat în sinea lui,dar de frica *nimeni nu mă iubește* nu deschidea gura. Suferise toată viața în tăcere. Lecția aceasta nu-l învățase nimic, îndârjirea față de mama sa (față de sexul feminin) creștea, el continua să facă în așa fel încât să merite iubirea și astfel se ajunsese la situația când corpul lui refuza să se mai lase constrâns. Că orice constrângere este o răutate, asta nu știa.

Revolta este o răutate, chiar dacă nu este exprimată prin cuvinte sau fapte.

Corpul lui avea nevoie ca el să-și ierte răutatea și îndârjirea provocate de dominația femeilor. Avea nevoie să ierte hegemonia femeilor și să-și ierte frica lui că *nimeni*

nu mă iubește. Reacția bărbatului nu s-a lăsat așteptată: *„Ce rost are, dacă de fiecare dată când vin la mama, se întâmplă câte ceva. De fiecare dată ceva nu este în ordine sau ceva s-a stricat! De fiecare dată EU trebuie să repar. Și tot așa, și tot așa..."* Nu considera că exagerează.

Frica *oricum va fi nevoit să facă ceva contra voinței lui* creează situații în care ceilalți chiar îl fac să-i fie frică. Să ne reamintim – osatura este tata, bazinul este familia. Scheletul corpului uman este cel mai simplu sistem de pârghii.

O pârghie echilibrată funcționează ca mecanismul unui ceas; de regulă, chiar la o încordare foarte puternică mușchii nu trebuie să doară. Dar, atunci când bazinul este strâmb, coloana vertebrală nu mai poate sta dreaptă - fie se deformează, fie se încordează ca un arc și dezechilibrează și omoplații. La rândul său, aceștia afectează funcțiile motorii ale brațelor. Mușchii și tendoanele nu pot rezista mult timp într-o stare de suprasolicitare neechilibrată. Dacă osatura nu este readusă în echilibru, acestea nu se pot reface în totalitate.

De regulă, un bărbat își alege o soție care să semene cu mama lui. Nici el nu era o excepție. Chiar dacă soția nu este așa, oricum părerea bărbatului este deja formată. Bărbatului acestuia, care, în sfârșit, la 45 de ani reușise să se strecoare printre treburile mamei și să se ocupe și de treburile lui, ca să merite iubirea soției, îi era frică acum că mama lui va pretinde și mai mult de la el. Cum ai da-o, nu mai avea nici forțe, nici timp. Oricum n-o să țină nimeni cont de el.

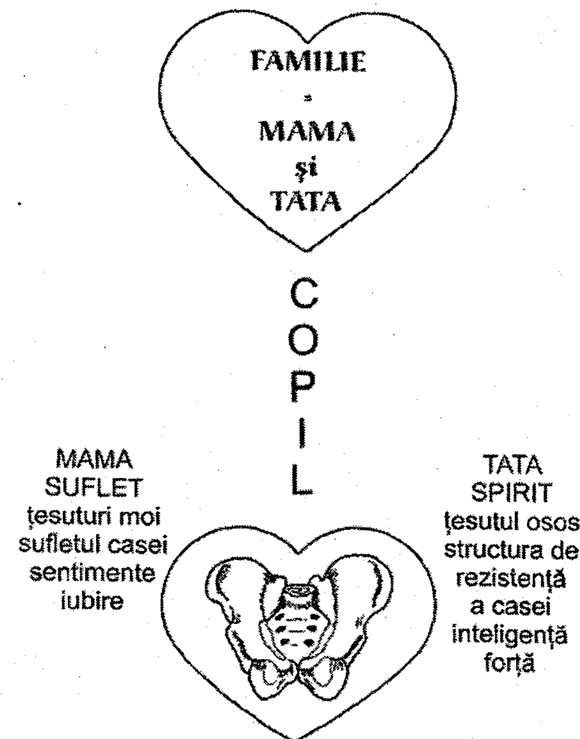
Așa s-a și întâmplat – dacă ar fi fost altfel, ar fi fost contra legilor naturii. Principala lui unealtă de lucru – mâna – n-a mai vrut să meargă. I-a sărit în ajutor corpul pen-

tru ca el să se poată justifica: *„mă doare mâna, nu pot să fac ce-mi ceri!”.*

Bărbatul era un om bun, harnic, dar, cu toate strădaniile lui, rezultatul nu era cel aşteptat. Simţindu-se vinovat, îi era tot timpul frică de faptul că *toţi sunt nemulţumiţi* şi începuse chiar el să fie nemulţumit de el însuşi şi de ceilalţi. Spaima că o să i se ceară, că s-ar putea schilodi, că n-o să reuşească atrăgea exact lucrurile de care îi era frică. Nu ştia acea lege a naturii care spune că similarul atrage similarul. Enervarea, regretul şi mânia îi amplificau depresia.

În ficat se concentrează răutatea şi furia. Icterul apărut în copilărie din frica faţă de răutate începea să dea semne, dar el îşi explica această indispoziţie prin faptul că nu mănâncă ce trebuie, deşi nu putea să nu admită că, atunci când se enervează mai mult decât ar fi cazul, începea să-l zgândărească ficatul. Încăpăţânarea, caracteristică pentru estonieni, nu i-a permis să-şi dea seama de la bun început care este esenţa bolii lui.

Încăpăţânarea acţionează asupra gâtului. La un om încăpăţânat, zona cervicală a coloanei vertebrale iese din echilibru, lezează nervii, iar din cauza durerii gâtul devine imobil. Că i se spune radiculită cervicală sau nevralgie – care este diferenţa? Cauza acestei suferinţe o constituie frica *nimeni nu mă iubeşte* + răutatea că *nu sunt iubit* (adică nu sunt înţeles, nimeni nu are grijă de mine, toţi mă şicanează, etc.), ceea ce-l face pe cel încăpăţânat să se încovoaie.



Familie echilibrată

Bazin echilibrat

Schelet echilibrat

Spirit şi suflet echilibrate

OM ECHILIBRAT

Sentimentul de vinovăție a crescut și a provocat *răutatea,* care a continuat să se acumuleze, din cauza dorinței omului *de a fi bun.* În final, nici el nu-și mai dădea seama că permanent creează tensiune prin faptul că-i învinovățește pe alții. După cum se știe, cea mai bună apărare este atacul. Știind că are un suflet ușor de rănit , cei din familie îi iertau totul, dar frica lor, că el va începe din nou să acuze, atrăgea acuzele lui. Cercul se închidea. Energia tuturor se irosea în vânt, iar când era vorba de treabă se iroseau și mai multe forțe. În loc să comunice normal, sau măcar să tragă o ceartă decentă, ei toți, fiind *oameni buni,* se cruțau unul pe celălalt și încercau să se înțeleagă unii pe alții, fără să bănuiască faptul că biocâmpul plin de nervozitate înrăutățește și mai mult situația. Comunicarea este o știință importantă, necesară pentru om, dar omul înlănțuit de frica *nimeni nu mă iubește* se teme să nu spună ceva ce nu ar trebui să spună și atunci preferă să tacă.

Bunătatea acestui om a fost strivită de greutatea stresurilor. El n-a știut să-și protejeze iubirea, a ținut-o închisă și a sperat că alții or s-o protejeze. N-a înțeles esența iubirii și viața i-a dat o lecție prin suferințe. Un om bun învață din orice, chiar dacă este nițel încăpățânat. Așa s-a și întâmplat. N-a trecut mult timp și a început el să-i învețe pe alții ce este iubirea. Convingerea cu care o făcea era bărbătească, rațională și logică.

Deși acest exemplu se referea la un bărbat care *vroia să fie bun,* în viață sunt mult mai reprezentativi, mai tipici bărbații care *nu vor să fie răi.* Aceștia nu înțeleg că frica lor *de a fi rău* îi și face răi.

Un bărbat de felul acesta va deveni repede un om conflictual, ironic față de greșelile altora, un tiran caustic, sau

un elev dificil care nu vede mai departe de lungul nasului. Femeia care se mărită cu un astfel de bărbat, a venit pe lumea asta să întâmpine mari greutăți și să învețe să învingă mari obstacole.

Trebuie să spun că bărbatul devine rău atunci când nu poate să avanseze pe drumul vieții. Mersul lui este împiedicat de lipsa iubirii, iar izvorul iubirii se află în inima femeii. Bărbatul trebuie să lase iubirea să pătrundă în el. Dacă nu înțelege că îl împiedică propriile stresuri, va începe să caute un dușman cu care să se lupte. De regulă, un astfel de bărbat chiar se laudă cu spiritul său războinic. Dacă, fără să vrea, își rupe oasele, iar întâmplarea este simplă și banală, el o va înfrumuseța, ajungând până acolo încât să o prezinte ca o faptă eroică. Nici nu vrea să audă că ar avea în el frica *„nu voi mai fi iubit dacă nu voi dovedi cât am fost de viteaz."* Cu cât el va fi mai *viteaz,* cu atât frica lui va fi mai mare.

Un astfel de bărbat se teme de rău și este în permanență gata de atac, deoarece tot ce pornește de la alții consideră că este negativ pentru el. Adesea, într-o viață anterioară, un astfel de bărbat ori a fost o victimă care a suferit extrem de mult și a venit acum să se răzbune, ori el a provocat altora suferințe, și acum, în această viață poartă ura în suflet și vede în oricine un dușman. În viața anterioară paharul suferințelor încă nu se umpluse.

Dacă i se va spune că „X" este un om bun, va începe să conteste vehement. Are dovada că acela este un om rău. Dar dacă i se va spune despre „X" că este un om rău, se va înfuria de la primele cuvinte. Va ridica pumnul ca să demonstreze că „X" este bun. Și i-ar fi mai ușor dacă oponentul ar fi de talia lui – meșter la vorbe și iute la mânie. Un om înrăit de frică nu mai este capabil să gândească, iar

cineva calm şi raţional nu poate avea de-a face cu el. Vorbesc în limbi diferite.

Oare de ce astfel de bărbaţi sunt împinşi de la spate de către soţiile lor să vină la conferinţele mele şi de ce îmi pun de regulă următoarea întrebare: *„Războaie au fost mereu. De ce spuneţi dumneavoastră că doar acum lumea a devenit rea?"* Furia lor reţinută nu-i lasă să extragă şi altceva din conversaţia noastră.

O astfel de întrebare o pune un om pe care-l supără faptul că s-a găsit unul care vrea să fie mai deştept decât toţi. Mă are în vedere pe mine, dar nu înţelege că revolta din sufletul său îi întunecă raţiunea. Crede că sunt deşteaptă, dar îl supără faptul că sunt femeie. Nu-şi dă seama că şi acesta este un stres. Neştiind să se elibereze de spaime, a trăit prea mult sub dominaţia femeilor şi acum este gata să o atace pe oricare dintre ele. Habar nu are că este pe cale să facă o congestie cerebrală sau un infarct şi atunci va fi nevoit să nu mai crâcnească fiindcă nu va putea să-şi poarte singur de grijă. E destul să-i crape un vas de sânge şi aroganţa lui va dispărea ca şi cum n-ar fi fost niciodată. Şi, brusc, viaţa va căpăta o mare valoare.

Dar, vai, aşa e viaţa. Prostul învaţă pe propria-i piele şi nu vede că alţii ştiu să înveţe şi altfel. Şi mai vrea să-i înveţe el pe alţii!

Cine se teme de certăreţi, va trebui să aibă urechi să le audă strigătul!

Cine urăşte un anumit stil de viaţă, va trebui să-l poată cunoaşte atât cu sufletul cât şi prin durere fizică.

Ei înşişi vor învăţa, cel mai adesea prin suferinţă, şi aceasta nu va fi mică, fiindcă în viaţa lor ei tind numai spre extreme.

Lecţia pentru civilizaţia noastră este materialismul. Materialismul este lecţia setei de a câştiga.

În epoca primitivă omul ucidea ca să facă rost de hrană. Mai târziu – pentru a face rost de haine, să adune avere, etc. Volanul a fost scăpat din mână şi maşina nu se mai poate opri. S-au dus vremurile când oamenii se băteau pentru o bucată de pâine. Cu timpul, războaiele au început să se poarte tot mai puţin pentru propria supravieţuire şi tot mai mult pentru a-i distruge pe alţii şi a le lua bunurile, chiar dacă nu mai aveau unde să le depoziteze. Răutatea omenirii creşte proporţional cu creşterea bogăţiei.

Şi atunci, cum putem afirma că oamenii nu sunt mai răi? Sunt răi şi au devenit şi mai răi.

Viaţa este astfel rânduită încât, cu cât răul este mai mare, cu atât şi binele este mai mare, chiar dacă el nu este vizibil. La creşterea extremelor apare punctul critic, când totul se transformă în contrariul său. Răul, prin distrugere, naşte binele. Pier în timpul unei crize cei care nu ştiu să gândească corect, care se iau la trântă cu viaţa. Cel care cunoaşte legile naturii şi le aplică conform necesităţilor sale, acela va dăinui veşnic.

S-a prezentat la mine o pereche de tineri cu copilaşul lor, care se născuse după ce soţii învăţaseră să ierte şi îşi schimbaseră modul de gândire. Rezultatul tratamentului, dacă se poate vorbi de aşa ceva la un copil foarte bun şi extraordinar de liniştit, a fost uluitor. În jumătatea de oră, cât m-am ocupat împreună cu părinţii lui să dobândim înţelepciune pe calea iertării, aplicând cunoştinţele noi pe care eu le acumulasem, acest omuleţ raţional nu ne-a deranjat nici o dată. Aşezat pe genunchii mamei lui a reuşit să treacă în revistă toate planşele energetice de pe pereţi,

luând-le la rând, pe îndelete, chiar şi atunci când era nevoit să se uite în spate. Cel puţin zece minute a urmărit foarte gânditor flacăra lumânării şi alte zece minute - mâna mea care transmitea energie. Omuleţul avea trei luni! Mama lui, care îl purtase în pântec, comunicase corect cu el şi îl năs-cuse normal. Copilul acesta **trebuia** să se fi născut perspi-cace.

Mama copilului avea unele spaime, care îi fuseseră in-suflate pe parcursul educării copilului, şi ne-am apucat să le clarificăm. Am hotărât să începem cu spiritul şi sufletul mamei, deoarece nu o făcusem până acum.

I-am spus cam aşa: *„Spiritul dumneavoastră – tatăl – parcă fuge de cineva, se teme să nu fie prins şi nu mai are putere. Face o ultimă încercare şi se smulge printr-un efort inimaginabil. Pentru el nu e o toană, e o necesitate vitală. Se îndepărtează."*

– *„Părinţii mei au divorţat"* – mi-a răspuns tânăra.

– *„Sufletul dumneavoastră – mama – este neliniştită, se mişcă de parcă ar fi un dresor de cai sălbatici, aşezat în şa, dar care nu a observat că nu mai are calul sub el. Are o forţă nebunească şi o dorinţă pătimaşă de a îm-blânzi pe acel cineva, aşa cum crede ea. Îl biciuie pe am-bele părţi cu atâta forţă încât îi clănţănesc dinţii din gură; e de neînţeles cum de nu i-au zburat."*

- *„I-au şi zburat, o să vedeţi acum – este în sala de aş-teptare"* – mi-a spus tânăra zâmbind.

- *„Corpul dumneavoastră - parcă ar fi cineva rezemat de un gard, care priveşte şi nu-i place ce se întâmplă. Din cauză că mama dumneavoastră este extrem de autoritară, dumneavoastră – opusul ei total – sunteţi o fire blândă, dar sunteţi speriată şi vă urmăriţi soţul în permanenţă fiindcă nu aveţi încredere în el. Întrucât tatăl dumnea-voastră era înclinat spre extreme, v-aţi ales un soţ cu o fi-re foarte moale. Eliberaţi-vă de această frică, altfel ea îl va secătui pe soţul dumneavoastră. Va începe să simtă că nu aveţi încredere în el"*. La aceste cuvinte soţul a dat aprobator din cap, fiindcă, într-adevăr, frica lui *că nu este iubit* devenise foarte mare.

Când a intrat în cabinet mama tinerei şi a deschis gura, am fost nevoită să recunosc că dinţii acestei femei de 53 de ani îi zburaseră într-adevăr în dârzul ei galop prin viaţă. Şi când mi s-a plâns că are aritmii din cauza cărora, din când în când, inima ei porneşte să bată în galop, tabloul a devenit complet. Nu avea dorinţa de a-şi îndrepta greşelile şi inima îşi spunea cuvântul.

Iertarea vindecă atât rănile sufleteşti, cât şi pe cele trupeşti. Încercaţi să începeţi prin a vă ierta părinţii, şi da-că nu reuşiţi, începeţi să vă iertaţi stresurile.

A venit la cabinet o femeie cu un copil care nu făcuse un anişor şi care avea o boală congenitală de inimă. Era vorba despre un defect rar întâlnit – un fel de rană între ventricule, ca o rană de cuţit. Deschiderea orificiului oval semăna, ca formă, cu secera lunii; pe mama copilului au revoltat-o însă cuvintele mele, deoarece doctorii nu puse-seră un astfel de diagnostic.

Într-o viaţă anterioară acest copil fusese căpetenia unei bande de tâlhari şi încercase să ascundă o comoară, lucru pentru care ai lui i-au aplicat o lovitură de cuţit. În această viaţă, el venise să se răzbune. Este tot numai ură. Ieşirile lui – urlete şi distrugerea jucăriilor – poate fi considerat un avertisment cumplit. Boala de inimă este o situaţie poziti-vă –îl va împiedica să devină criminal. Ar putea fi vinde-

cat? Ar putea, dar respectându-se anumite condiții, condiții legate de părinții lui.

Mama o adusese cu ea și pe fiica ei – o adolescentă slăbuță, cu umerii strânși din cauza fricii, cu ochelari cu multe dioptrii. Când au intrat, în cabinet s-a făcut răcoare, de parcă ar fi fost un aisberg – atât de puternică era energia negativă a mamei.

Mama avea spaime, dar acestea erau cu mult depășite de agresivitate și de caracterul ei autoritar. Un autoritarism care pretinde totul de la toți. Un autoritarism care vede greșelile altora mult exagerate, dar este orb la propriile greșeli. Dacă nu ar fi fost copilul ei, acuzațiile la adresa lui ar fi fost pe primul plan. Capul acestei femei era atât de blocat, încât nu mă putea asculta și mă întrerupea la fiecare cuvânt. Gândul meu nu putea să ajungă la ea. Cu o asemenea persoană se poate face doar un duel verbal, absolut inutil.

Oamenii care se apără cu furie, au totdeauna un puternic sentiment de vinovăție și nici nu văd că nimeni nu-i învinovățește. Tot ce omul nu face bine, se depune în sufletul lui într-un inexplicabil sentiment de vinovăție care dispare numai atunci când vina este ispășită, când greșeala este îndreptată. Crescând sentimentul de vinovăție, crește și răutatea și omul respectiv se aruncă chiar asupra celui care vine să-l ajute. Așa s-a întâmplat și aici.

Această mamă nu și-a înțeles greșelile, nici măcar nu vroia să audă de ele. Chipurile, ea este un om bun în fond și dorește însănătoșirea copilului ei. Poate o să înceapă să gândească și atunci poate va fi posibil să fie ajutată.

Similarul atrage similarul – un copil cu o asemenea karmă nici nu putea să se nască la o altă mamă.

Fiica ei era ca un șoricel speriat. Îi era frică de severitatea și autoritarismul mamei ei, indiferent cum se manifesta el, îi era frică de orice zgomot, de orice țipăt, și, în perioada aceea – chiar de orice cuvânt mai aspru. Chiar înainte de a merge la școală, ochii ei nu vroiau să vadă răul din casă. Mama ei îi învinuia pe medici că nu i-au verificat vederea, ca și când o verificare i-ar fi însănătoșit ochii și ca și când doctorii trebuie să alerge de colo-colo și să verifice tot timpul câte ceva. Copilul își alesese mama pentru ca ea să-și facă timp și pentru ochii lui. La școală vederea i s-a înrăutățit, deoarece ea pur și simplu atrăgea furia profesorilor exigenți. Atitudinea mamei față de profesori nu făcea decât să amplifice lucrurile. Dacă lucrurile nu se vor schimba, acest copil își va pierde și auzul.

Într-o viață anterioară, fiica însăși a procedat aidoma copiilor săi și acum îi venise rândul să sufere. Aceasta este esența lecțiilor de viață. Mama ei fusese, într-o viață anterioară, extrem de ostilă, energia ei puternică nu-și atinsese niciodată scopul. În viața de acum, firea ei de răzvrătită îi deformase ostilitatea.

Acestea sunt acele suferințe pe care le neagă cei care se revoltă. Ei sunt foarte nemulțumiți – *de ce omul este obligat să sufere? De ce viața nu poate fi și bună? De ce propovăduitorii ăștia din secta New Age îi bat pe oameni la cap și nu-i lasă să trăiască liniștiți?*

Ați avut, probabil, ocazia să auziți astfel de fraze. Ființe speriate, supărate și iraționale au fost dintotdeauna, și înainte de a apărea secta New Age. Dar câte sunt acum, categoric n-au fost demult. Dar, dacă oamenii ar vrea măcar să tragă cu urechea la ce e bine... Dacă ar înțelege că răul pe care ei îl văd este doar partea vizibilă a unui întreg uriaș! Binele cel mare rămâne în umbră. Dacă ar înțelege

că atunci când ei văd binele, în realitate în umbră se află răul cel mare... Acesta este adevărul vieții.

În ceea ce o priveşte pe această femeie fondul problemei ei a rămas fără explicații. Am fost nevoită să o trimit acasă, să aibă răgaz să se gândească, fiindcă nu înțelegea că nu poți vindeca efectul, dacă nu a fost eliminată cauza.

Şcoala suferințelor

Omul îi judecă pe alții în funcție de caracterul său şi de convingerile sale. Ceea ce spunem despre altul ne arată clar care este esența noastră. Caracterul este totalul experienței de viață care include experiența vieților anterioare şi experiența din viața actuală. Toate emoțiile, începând cu cea mai mică, pleacă din trecut şi se repetă în permanență până când omul își învață lecția acestei vieți concrete. De regulă, numai o suferință foarte mare îți dă o înțelepciune sigură de viață, care se fixează pentru totdeauna în spiritul tău. Aceasta este acea înțelepciune care îți dă linişte sufletească. Această problemă nu-i va provoca niciodată suferințe unui om. În felul acesta, trecutul trăieşte în prezent şi va trăi şi în viitor. Nimeni nu dispare nicăieri.

Ştim cu toții că orice greutate din viața de zi cu zi se repetă foarte des. Asta înseamnă că nu ați tras concluziile necesare şi nu v-ați îndreptat greşeala. Greutatea apare iarăşi şi iarăşi ca să vă învețe. Nu ați înțeles că iminența vieții este acea libertate de a învăța şi de a ispăşi răul. Când

vă aflați într-o situație grea, puneți-vă întrebarea: *„De ce am parte de această încercare, ce vrea să mă învețe?"* şi veți simți, probabil, răspunsul pe care vi-l dă corpul.

Din fericire, am ajuns în acel stadiu de dezvoltare a omenirii, când nu mai este nevoie să învățăm prin mari suferințe, acum putem să învățăm să ne eliberăm de rău prin schimbarea modului de gândire. Cine învață prin suferințe, acela extrage din fiecare suferință o experiență de viață. Experiența este ca o lecție pe care o învățăm la şcoală şi pe care o aprofundăm în clasele următoare, până când, în final, atingem perfecțiunea. Am învățat atât de mult la această materie încât în viața următoare ea va fi o învățătură vie pe care o vom putea utiliza, dacă va fi cazul, fără să ne mai uităm în manual. Cine nu şi-a asimilat înțelepciunea vieții, va fi mereu lovit de viață. Similarul va atrage similarul până vom căpăta înțelepciune.

Sunt adesea întrebată: *„Ce este suferința?"* Am fost învățați să suferim şi mai suntem şi astăzi. Răspund: *„Suferința este o lecție pentru proşti."* Cine vrea să fie deştept, trebuie să învețe să gândească şi atunci va fi scutit de lecțiile de suferință. Nu va mai fi nevoie să i se poruncească, să fie dădăcit, să i se interzică, nu va mai fi necesar să fie pedepsit sau amenințat. Un om liber face totul aşa cum trebuie, corect. Are forță, are voință şi are dorință.

Am văzut cum unii oameni învață aceeaşi înțelepciune de-lungul mai multor vieți. Cineva trebuie să învețe, de exemplu, cum să se poarte cu demnitate. Într-una din vieți a fost om bogat, în alta sărac, în a treia a trăit la munte, în a patra – la şes. A fost şi femeie şi bărbat, cu studii şi fără studii. Dar s-a umilit totdeauna în fața celorlalți şi nu a înțeles de ce şi ceilalți l-au umilit. Îi este groază şi astăzi să aibă sentimentul propriei demnități, întrucât îl receptează

ca fiind sfidare şi egoism. Acum, acest stres a crescut atât de mult, încât ameninţă să-l distrugă. Venind pe această lume, şi-a găsit părinţi care să-i semene, pentru ca, prin aşa-numitele boli ereditare, să umple paharul suferinţelor şi să-şi termine lecţia.

Oamenii au totuşi atâta minte, încât să nu vorbească despre greutăţile vieţii ca şi când ar fi greutăţi moştenite. Sănătatea este însă reflecţia în oglindă a greutăţilor vieţii.

Atunci când omul caută o soluţie, mentorii lui spirituali îl îndreaptă spre un învăţător care să-l înveţe înţelepciunea iertării. Şi dacă acest învăţător sunt eu, eu îl învăţ să-şi ierte frica *nimeni nu mă iubeşte*, întrucât acest stres este sursa altor stresuri; îl învăţ să-şi ierte frica *de a fi egoist*, să-şi ierte frica *nu sunt înţeles cum trebuie*, dispariţia interesului faţă de viaţă, sentimentul de nonsens, complexul de inferioritate, frica *oricum nu mai pot repara nimic*, etc.

Mulţi oameni oftează: *„De ce nu mi-a spus nimeni până acum de toate înţelepciunile astea!"*

În primul rând, pentru că omenirea nu era pregătită să le accepte. În al doilea rând, pentru că dumneavoastră înşivă n-aţi făcut nimic ca să vă apropiaţi de ele. Şi ca să dai obligând, chiar dacă, după părerea celui care dă, se dă lucrul cel mai bun din lume, este tot un uz de forţă, care va fi respins. Dacă în momentul acesta aţi oftat, înseamnă că sunteţi pregătit pentru a primi aceste înţelepciuni. Ştiţi însă că foarte mulţi dintre dumneavoastră nu sunt pregătiţi. Dacă veţi începe acum să vă corectaţi modul de gândire, îi veţi ajuta pe cei care au rămas în urmă.

Făcând un bine pentru tine, făptuieşti un bine pentru întreaga omenire.

Astfel, în funcţie de experienţa din vieţile anterioare, pentru a dobândi înţelepciunea deplină, avem nevoie de şi mai multă experienţă şi de aceea ne căutăm şi ne găsim părinţii care să ne pună la dispoziţie aceste încercări. Tot aşa şi soţul (soţia), prietenii, evenimentele vieţii.

Noi nu ştim să conştientizăm nevoile spiritului nostru şi nu ne cunoaştem nici pe noi înşine. **Spiritul nostru este un fascicul de energie care se îndreaptă spre înţelepciunea desăvârşită.** Spiritul are nevoie să devină desăvârşit, dar desăvârşirea nu este numai binele. Ea este o mişcare care se intersectează în permanenţă cu binele şi răul de pe sinusoida vieţii. Spiritul vrea să capete acele cunoştinţe, rămase neasimilate în vieţile anterioare şi în aceasta constă necesitatea ireprimabilă a oricărui spirit.

Să nu întrebaţi: *„De ce trebuie să sufăr atâta?"* Dumneavoastră înşivă, adică spiritul dumneavoastră, a ales această lecţie, numai că raţiunea a uitat. În loc să oftaţi, învăţaţi lecţia iertării.

Să nu întrebaţi *„De ce viaţa altuia e mai bună?"*. Acela şi-a ales-o aşa, el şi-a cultivat pământul primit de la părinţi şi a crescut el însuşi ca o plantă viguroasă. El a stabilit aşa, pentru că a avut nevoie de o astfel de viaţă. Viaţa lui are şi ea o latură negativă, dar dumneavoastră n-o vedeţi sau nu puteţi s-o întrezăriţi din cauza lacrimilor care vă curg şiroi.

Chiar şi în familie, unul observă că ceilalţi o duc bine, ceea ce îl enervează, dacă lui îi merge prost. Omul enervat nu meditează asupra propriilor gânduri, îl vede doar pe cel de alături. De exemplu, soţia pune o întrebare banală: *„Ce să-ţi pregătesc la prânz?"*. Soţul, abrutizat de problemele lui materiale, nu vede decât faţa ei preocupată, pe care o ia drept repros, şi începe să ţipe: *„De ce mă întrebi?* (Aşa

ar vrea să țipe la un subaltern) *Nu vezi că și așa am destule pe cap? Nimic nu pricepi din viața asta* (cineva l-a ofensat pe el în acest mod), *nu știi să spui decât adu-mi, iar eu trebuie să le fac pe toate!"* Și așa mai departe! Strigătul, caracteristic pentru orbirea totală, continuă mult timp. În felul acesta își rezolvă acest om negativitatea care s-a acumulat în el. De rezolvat n-o rezolvă, fiindcă își varsă răutatea neconștientizată acolo unde nu trebuie. Cel care își aduce la serviciu problemele de familie și își varsă toate necazurile în fața colegilor sau cel care aduce acasă problemele de serviciu, nu face decât să-și chinuie familia, mai ales copiii, și nu se va elibera de tensiune. Dimpotrivă, își va amplifica greșelile.

„*Liniștește-te dragul meu* – ar trebui să spună soția - *sentimentul tău de vinovăție a atins limita critică. În întrebarea mea n-ai văzut dorința de a-ți pregăti ceva gustos ca să mai uiți de gândurile ce te frământă. Lasă sentimentul acesta de vinovăție. El a venit să te învețe că nu există vină, ci greșeli. Ți-ai asumat o sarcină prea mare, o răspundere prea mare. Este cumplit să te simți vinovat, dacă ceva nu-ți reușește. În felul acesta poți ceda foarte repede.*

Te iert că te-ai aruncat asupra mea, învinovățindu-mă.

Iartă-mă și tu pe mine că am vrut prea multe lucruri, că am exagerat. Mă iert și eu că am atras învinuirile tale. Eu și așa exageram cu gândurile mele alarmante, cu obligațiile mele, cu simțul meu de responsabilitate – ceea ce înseamnă frică și sentiment de vinovăție. Ele atrag învinuirile tale. Privirea mea tânjea după sclipirea aurului. Iartă-mă.

Sentiment de vinovăție, învinuire! Vă mulțumesc că m-ați făcut să mă gândesc la timp, înainte ca amândoi să facem infarct."

Așa ar trebui, dar oamenii nu știu să gândească așa. Un conflict se încheie cu insulte, după care urmează lacrimi din partea unuia și scrâșnet din dinți din partea celuilalt. Sau izbucnește o ceartă dușmănoasă, fără rost, când se aduc acuzații dureroase, după care sentimentul de vinovăție devine și mai mare. Care dintre ei va fi primul care face infarct, continuând să trăiască în felul acesta, depinde de al cui pahar se va umple primul. Abia atunci partea adversă va începe să se căiască (să se învinovățească) că a greșit în multe privințe.

Chiar și atunci unii vor întoarce capul cu indiferență, îl vor lăsa în voia sorții pe cel care suferă și vor căuta noi victime. Așa procedează cei pentru care bogăția atârnă mai greu decât sufletul omului. Pentru cel care în viață caută doar plăcerea, pedeapsa va veni cândva – prin ceea ce el consideră a fi valoarea supremă – prin bogăție. „Răsplata" va veni categoric.

Cine consideră că este rușinos și umilitor să ceri iertare, acela încă nu știe că iertarea îl înnobilează pe om. Astă înseamnă că cel care iartă, își înalță demnitatea prin iertare. Spiritul a primit o lecție, dar iertarea este necesară pentru a înțelege situația așa cum trebuie, pentru ca omul să rămână om.

Scuza superficială este sora mai mică a iertării făcută cu seriozitate. Dar și scuza conștientizată, care pleacă din suflet, poate însemna conștientizarea greșelii și în acest caz ea acționează eliberator.

Am fost învățați încă de când eram mici să cerem iertare și o facem cu ușurință, automat, fără să simțim nici o

obligație. Iertarea, însă, este o muncă importantă, cu greutate și serioasă, în care există sfințenia pe care o simte fiecare dintre noi la nivelul subconștientului. Cu cât omul respectă viața mai profund, cu atât mai serioasă va fi atitudinea lui față de iertare. Iertarea este un lucru sfânt. Se întâmplă frecvent ca un om politicos să arunce cu scuze în stânga și în dreapta, dar să fie împotriva iertării. Această împotrivire poate fi atât de mare, încât, de exemplu, un bolnav care are într-adevăr nevoie de ajutor, după ce și-a programat să-și ceară iertare, renunță și preferă să fie bolnav, decât să-și îndrepte greșeala prin iertare.

Scuza și iertarea acționează ca un medicament asupra rănilor sufletești. Dar, a cere iertare când ești obligat de altul sau chiar când te obligi tu însuți, înseamnă uz de forță și el provoacă și mai multă răutate ce poate să crească și să se transforme în răzbunare. Dacă simțiți că nu sunteți pregătiți să iertați, aflați că veți fi nevoiți să suferiți în continuare, deoarece în felul acesta veți învăța. Străduiți-vă să vă purtați față de iertare așa cum v-ați purta cu mentorul dumneavoastră care vă învață atât cât îi dați voie să vă învețe. Când vă veți lămuri asupra cauzei necazului dumneavoastră vă veți deschide și pentru iertare.

Simțul realității

Tot ce există este realitate. Asta înseamnă că Dumnezeu este real pentru cel care-L înțelege și-L simte. Mulți consideră că parcă ar simți, dar de fapt ei abia își caută drumul. Cunoașterea Unității Supreme este un proces fără de sfârșit, care merge în profunzime. Nimănui nu-i este dat să-l cunoască pe Dumnezeu, chiar și cel mai știutor dintre oameni mai are mult de învățat.

Atâta timp cât omul, aflându-se în corpul lui fizic, simte doar realitatea fizică – o vede, o aude, o pipăie, o miroase și, uitându-se la ceas, îl întoarce să-i arate timpul, el percepe ca fiind realitate ceea ce a cunoscut. În același timp, de când lumea, omul obișnuit a vorbit despre sentimente, viață sufletească, spiritualitate, emoții, fără să le înțeleagă semnificația, fiindcă este vorba de lucruri pe care el nu le vede.

„Te iubesc mai mult decât mă iubești tu." – Un reproș pe care îl știm cu toții. Dar cum ați măsurat și ați cântărit?

Cineva deștept foc, după ce a citit prima mea carte mi-a spus: *„Numai cine nu pricepe nimic din iubire poate să vorbească așa despre ea!"* A sunat ca o sentință finală și nu m-am străduit să-i demonstrez contrariul. Îi va dovedi viața dacă afirmația lui a fost sau nu adevărată. Pentru mine problema aceasta este deja clară din multe puncte de vedere.

Până nu demult rațiunea mea reacționa la fel. Auzind observația unui filosof că, chipurile, civilizația noastră n-ar ști ce este iubirea, am gândit iritată: *„Cum de-și permite? Cum poți să spui așa ceva!"* Spre deosebire de criticul ne-

gativist menționat, m-am simțit inconștient obligată să sap până ajung la dedesubturile acestei afirmații. Mi-am pus întrebarea: *„Ce subînțelege el prin asta?"* Apoi am înțeles. Încercați și dumneavoastră ca, de fiecare dată când ați vrea să spuneți un *„**Nu!**"* hotărât, să vă gândiți ce se ascunde în spatele lui și atunci veți deveni mai înțelepți. Cine acționează cu cap, reușește. Asta nu înseamnă că un om deștept are o viață mai ușoară. Dimpotrivă. Viața are cerințe mai mari de la cel deștept. Odată cu dezvoltarea rațiunii crește și înțelepciunea spiritului.

Pentru un om spiritualizat lumea nevăzută este reală, poate fi văzută, simțită și înțeleasă. Cu cât spiritul se descătușează mai mult, cu atât mai mare este posibilitatea de a conștientiza, cu calm și imparțial, binele și răul din această lume, fără a fi nevoie să arăți cu degetul spre cineva. Pentru a realiza acest lucru trebuie să ne eliberăm de stresuri – ele ne împiedică să vedem lumea.

Noi existăm numai sub forma corpului fizic și, deocamdată, majoritatea oamenilor orbecăie în întunericul spiritual. Lumile superioare trimise de Dumnezeu, ne ajută să ne înălțăm în duh, dar trebuie să ne dăm seama că, deocamdată, pentru aranjarea treburilor materiale ne sunt necesare mijloace materiale sau mijlocitorul lor – banii. Cel care se raportează în mod naiv la una din componentele întregului, ca fiind un lucru inutil, acela nu-și va învăța până la capăt lecția materialismului. Față de bani trebuie să avem o atitudine echilibrată, ei nu trebuie negați. Cine-i neagă, va fi nevoit să trăiască fără ei – că doar de aia îi neagă. Ia încercați să trăiți fără ei!

În fiecare zi am ocazia să aud cum cineva fără simț practic, aflat într-o criză sufletească și de aceea grav bolnav, îmi descrie cu patos care va fi viitorul lui - totul va fi

minunat. *„Banii - nu sunt o problemă"* – îmi spune pe un ton declarativ.

„Dragul meu, păi din cauza banilor te-ai îmbolnăvit. Deschide ochii! Ia uite, acum toată omenirea, inclusiv tu, termină de învățat o lecție pe care, pe scurt, am putea-o numi: influența nefastă a banilor asupra celor săraci cu duhul. Dacă ne-am născut să o învățăm, apucă-te și învață. Magia banilor este măsura puterii duhului. Cine știe să se raporteze la ei corect - să-i câștige gândind corect și muncind bine și să-i cheltuie cu un scop corect, acela a răscumpărat răul și a căpătat înțelepciune. Câți or fi dintr-ăștia, e o altă problemă".

Nu trebuie să facem o problemă din bani, adică banii nu trebuie să devină Dumnezeu, dar nici nu trebuie negați. Problema negării banului este marea piatră de încercare pentru cei care merg înainte întru duh. Cine neagă o belea, o va nega și pe a doua și pe a treia. Dorința de a fi un om ideal te face să-ți pierzi simțul realității.

În Unitatea Divină totul își are locul său. De la gând începe acțiunea. Cine dorește să aranjeze aceste noțiuni după gradul lor de importanță, va avea probleme cu cea de a doua. Așa începe lupta.

Cine crede, în mod naiv, că astăzi poți construi o casă fără bani, va trebui să trăiască sub un copac, până va înțelege dacă este sau nu este posibil. Cine are rațiune, stă acolo și meditează la ce anume îl împiedică să-și facă rost de un acoperiș deasupra capului. Înainte de toate, își iartă toate gândurile negative și atunci spiritul i se deschide și îi spune când să se ridice și încotro s-o apuce. Spiritul știe că omul are nevoie de o casă.

Miopului îi este teamă să privească în depărtare. Viitorul îl sperie și aceasta îl enervează și-l înrăiește. Cel

mai adesea acest lucru se întâmplă cu tinerii. Eliberați-vă de frică și veți reuși să prevedeți, să intuiți viitorul.

Prezbit este cel care a exagerat cu intențiile sale bune. El dorește să vadă departe, cu alte cuvinte, vrea să primească mult și dintr-odată, nu vrea să vadă doar puțin. În viață, trebuie să înveți să te bucuri în primul rând de lucrurile mărunte și atunci viața îți va oferi și lucruri mari. Dacă omul cere de la alții, respectiv de la societate, să-i asigure viitorul, vederea i se va înrăutăți, întrucât nu vede că fiecare trebuie să-și orânduiască singur propria viață. Totul începe de la modul de gândire, după aceea trebuie să privești în jos și abia după aceea să ridici privirea, să te uiți în depărtare. Trebuie să te eliberezi de frică și de nemulțumire în legătură cu viitorul pentru ca el să se poată apropia. Întotdeauna trebuie să începi cu tine – atât spiritual, cât și fizic – pentru ca apoi să mergi mai departe. Cine a învățat să-și analizeze comportamentul și să se elibereze de gândurile rele va obține ce dorește și în același timp își va recăpăta și vederea. Cât despre faptul că acest lucru este greu de realizat – vezi numărul tot mai mare de ochelariști și de orbi din întreaga lume.

Pierderea vederii datorată vârstei este legată de faptul că nu dorim să vedem lucrurile mărunte, enervante ale vieții. Îmbătrânind, omul dorește să vadă acel ceva mare pe care l-a făcut sau l-a realizat în viață. Dacă nu înțelege că viața începe de la lucruri mărunte, care sunt la fel de importante ca și cele mari, întrucât unele fără altele nu pot exista, și începe să le urască pe cele mărunte, atunci ele vor începe să-l sâcâie din ce în ce mai mult. Deși vederea i se înrăutățește, ca să nu mai vadă lucrurile mărunte, așa cum își dorește, totuși acest lucru nu-i place. Nu vrea să vadă lucrurile mărunte și totuși își pune ochelari ca să le

vadă. Mânia favorizează slăbirea vederii. Cine nu-și va mai irosi forțele pe fleacuri, apreciind timpul la bătrânețe, va putea să poarte zeci de ani ochelari cu aceleași dioptrii. Și dacă un bătrân încetează să mai acorde atenție fleacurilor vieții, întrucât simte că nu mai au importanță pentru el, atunci vederea lui va începe să se îmbunătățească. Ce este acela un fleac? Este tot ce nu este important.

Exemplu din viață

Am tratat un tânăr de 25 de ani care la vârsta de șapte ani și-a pierdut vederea în urma inflamării mucoasei ochiului. La început mi-a lăsat impresia unui om înțelept. Sursa lui de informații era radioul. Învățătura despre iertare el a receptat-o în mod pozitiv, știa ceva despre structura filosofică a minții. Efectul tratamentului a fost rapid. A început să distingă lumina, apoi umbrele, apoi siluetele și, după modul de mișcare, chiar femeile și bărbații. Apoi s-a dus la serviciu. Dar, după scurt timp, progresul a devenit mai lent.

Am încercat, pe cât mi-a fost posibil, să-i explic mai clar care sunt greșelile lui de gândire, dar, spre surprinderea mea, m-am lovit de o împotrivire totală. El nu mai vroia să vadă! Îi era teamă să vadă răul, îi era teamă că atunci când va începe să vadă, va trebui să-și poarte singur de grijă în timp ce până acum o făcuseră alții. Erau obligați să o facă. Faptul că sora mai mică s-a sacrificat pentru el, nu i-a înmuiat deloc sufletul. Tatăl lui era pensionar și alcoolic, mama murise. Boala era pentru el un fel de salvare de la răul din lume.

Cu logica mea de om văzător nu am putut să cred ce vedeam şi i-am spus: *„Dacă nu doriţi să începeţi să vă eliberaţi de gândurile dumneavoastră negative, să nu mai veniţi la mine"*. Şi nu a mai venit. Vedea deja destul de bine. Restul trebuia să-l facă ceilalţi pentru el. Atât de mult l-a înăsprit modul de convieţuire al părinţilor săi

Acela care, întâlnind răul, îşi va pune întrebarea: *„Ce vrea să mă înveţe?"*, – nu-şi va pierde niciodată vederea. Pentru cel căruia îi place gluma şi ştie să facă haz de el însuşi, pentru el răul va fi întotdeauna mai bun.

Cine vede în lume numai răul şi udă totul în jur cu lacrimile sale, dorindu-şi să nu vadă această viaţă cumplită, acela va trebui să orbească cândva, pentru că a dorit acest lucru. De aceea nu nesocotiţi vorbele profetice – de la o vorbă în dodii până la deochi este doar un pas.

Interesul de bază al omenirii este creşterea bunăstării materiale. Criza sfârşitului de secol îi schimbă însă pe oameni, deoarece obţinerea rezultatelor dorite nu este posibilă fără dezvoltarea unui mod de gândire filosofic. De exemplu, un copil care a crescut într-o familie săracă se străduieşte din toate puterile să iasă din sărăcie. El este stimulat de frica de a rămâne sărac şi de dorinţa de a se îmbogăţi. Dar, stresul de a rămâne sărac continuă să rămână în el şi se transformă treptat în ură faţă de sărăcie. Simte că nu mai vrea să-şi repare îmbrăcămintea şi până şi coaserea unui nasture îl agasează şi atunci apelează la serviciile cu plată sau aruncă hainele, dar nu observă că, încetul cu încetul, se îndepărtează de bogăţie. Apare astfel atitudinea de dispreţ faţă de sărăcie. De aici până la lăcomie este doar un singur pas. Până aici l-a adus zgârcenia. Izbânzile încep să se rărească. Şi într-o bună zi vine şi falimentul. Frica de sărăcie şi-a făcut treaba cu cinste.

Acolo unde bogăţia este socotită baza vieţii, lecţia de viaţă va veni tocmai prin bogăţie.

Încotro te grăbeşti, omule?

În conformitate cu legile de dezvoltare ale Unităţii Supreme, ne dezvoltăm în sensul dezrobirii spirituale. Fiecare dintre noi are dreptul şi posibilitatea să meargă mai repede decât ceilalţi. Pe acest drum nu există oprelişti, aşa cum există în lumea materială, unde suntem dependenţi unul de celălalt.

Totodată, majoritatea celor care se reped înainte sunt nemulţumiţi. Nu înţeleg că graba lor este determinată de frica de a nu întârzia. Cine se grăbeşte inutil, va deveni superficial şi va începe să greşească. Frica întunecă raţiunea.

Trebuie ştiut că a critica pe cel rămas în urmă este o răutate. Răutate faţă de cei care nu acceptă credinţa mea „bună" şi care nu mă urmează orbeşte. Cu cât cel care are acest stres încearcă mai mult să-i atragă la credinţa lui (sau la ideile lui), cu atât rezistenţa pe care i-o vor opune va fi mai mare.

Chiar şi atunci când mi se cere ajutorul şi eu mă străduiesc cu bunăvoinţă şi cu mare entuziasm să-l îndrum pe om pe drumul cel bun, pot să fiu decepţionată, întrucât

omul refuză să mă urmeze. El nu este pregătit să se înalțe spiritual. Oamenii aceştia îmi dau o mare bătaie de cap. Dacă nu ar veni să ceară ajutor, nu ar fi nicio problemă, dar ei vin. În funcție de gradul de educație şi de elocvență, ei încep să nege, să se îndoiască, să recurgă la şiretlicuri, să judece, să facă demagogie etc. Nu sunt în stare să-şi schimbe concepția aşa de repede, dar nici nu vor să recunoască acest lucru, întrucât *nu se ştie ce aş putea eu să cred despre ei...* Dar, dacă aceşti oameni îşi vor găsi timp să mediteze asupra cuvintelor mele, atunci pe viitor nu-mi rămâne decât să mă mir şi să mă bucur de reuşită împreună cu ei.

Aşa că mai gândiți-vă dragi grăbiți, indiferent din ce sectă sau credință faci parte. Dacă vă veți elibera de răutatea față de necredincioşi (faşă de proşti, ca să mă exprim mai dur), atunci cel care are nevoie de apropiere şi de înțelepciunea voastră o va face de bunăvoie.

Dacă spuneți că nu aveți o asemenea răutate, atunci de ce îi siliți pe alții? Forțarea rămâne forțare chiar şi atunci când se înfăptuieşte în gând. Totul începe de la gânduri.

Mă urmăresc pe mine şi urmăresc şi pe alții care încearcă să transmită o învățătură bună. Nu este un lucru uşor. Dar dacă-ți dai titlul nobil de mentor, trebuie să transmiți corect învățătura, pentru că de modul cum o faci depinde receptarea ei.

Dacă este transmisă incorect, răul provocat va fi imens. Profesia de învățător, este prima şi cea mai importantă dintre toate.

Proverbele ne arată foarte bine cum trebuie învățat. O învățătură corectă înseamnă *să împărtăşeşti din înțelepciunea ta celui care doreşte şi care are nevoie de ea, şi tu însuți să munceşti mult ca să o capeți.* În literatura filosofică, după fiecare cuvânt urmează un alt cuvânt şi după fiecare propoziție urmează o idee. Cine îşi va face timp să chibzuiască, va găsi o comoară – este comoara veşnică, înțelepciunea vieții.

Şi chiar dacă nu va şti să o descopere, stând de vorbă cu un înțelept, va rămâne cu un sentiment plăcut şi inexplicabil de tulburător. Îmi aduc aminte de anii de şcoală când profesorii universitari umblau prin şcoli şi îi învățau pe copii înțelepciunea vieții. Au fost astfel de timpuri. Eram obligați să-i ascultăm, deşi vârsta nu ne permitea să înțelegem cuvântările lor înțelepte. Dar mi-a rămas până astăzi acea senzație de magnetism. Era senzația de a descoperi ce înseamnă înțelepciunea.

Ne vorbeau cu însuflețire, fără să „dreagă" cuvântarea cu detalii care nu-şi aveau locul. Nu criticau circumstanțele şi oamenii, ci îşi dezvoltau ideile astfel încât cine dorea şi putea, urmărea modul de desfăşurare. În conversații puneau o părticică din sufletul lor şi se dăruiau. De atunci s-a trezit în mine un interes care m-a uimit. Acum aş putea să-l definesc – era interesul pentru existență.

Valoarea învățăturii este determină de metoda de predare. Depinde de structura sufletească a învățătorului, fie el învățător de şcoală sau mentor spiritual. Un învățător grăbit pretinde, ordonă, dă calificative, dar pentru căpătarea de cunoştințe nu este suficient.

De exemplu, dacă cineva ține o conferință despre alimentația vegetariană, vorbeşte favorabil despre legume, despre proprietățile lor, despre unitatea lor cu toate celelalte, inclusiv cu omul, vorbeşte despre posibilitățile individuale de a le alege, despre bucuria de a alcătui meniuri de o varietate infinită, ascultătorii vor fi captivați de învățătura lui şi mâncarea va fi gustoasă.

Dar dacă acel conferențiar impune cerințe stricte, pretinde ca legumele să fie tăiate într-un anume fel și nu altfel, el va ridica un zid între el și ascultător. Și dacă mai adaugă și condițiile vitrege, lipsa de bunăvoință a oamenilor, criza economică și problemele politice – toți acești factori existând – rețetele lui, excelente în sine, nu vor fi bune de folosit.

Darul ideal al naturii – hrana vegetală – își va pierde esența binecuvântată, dacă mâncarea este condimentată cu gânduri rele. Legumele nu mai au nici un gust Puterea lor energetică își pierde capacitatea de a sătura. Odată cu legumele intră în mine si răutatea și insatisfacția bucătarului.

Acum câțiva ani, fiind la o recepție, am avut posibilitatea să urmăresc felurile de mâncare și modurile de preparare. Mâncarea a fost aproape în exclusivitate vegetariană, dar nimeni n-a rămas flămând. I-am urmărit pe bucătarii șefi și modul lor de comportare față de personal, alimente și consumatori.

În ziua aceea era de serviciu un bucătar-șef sever și corect. Personalul lucra în tăcere și conștiincios. Totul mergea normal. Mâncarea a fost bună, dar ceva lipsea - gustul.

A doua zi a venit alt bucătar-șef. Avea o față luminoasă ca o lună plină. Era încântat de ce făcea, de munca lui, și se bucura că poate să dea o părticică din el pentru toată lumea de acolo. Nu și-a cerut scuze pentru lipsa de condiții, lipsa de bani și alte o mie de lucruri, cum se întâmplă de obicei. A stat în permanență cu noi, nu ne-a sâcâit cu bunăvoința lui, ci s-a comportat ca o mamă care urmărește cu un zâmbet senin cum mănâncă copilul ei și gândește: *„Mănâncă cât vrei, puiule, și să-ți dea Dumnezeu fericire!"*

Iubirea ce emana din el ni s-a transmis și nouă prin mâncare. Era excepțională.

În zilele când era de serviciu acest bucătar, coada de la intrarea în restaurant se mișca mai încet. Și nu pentru că toți stăteau liniștiți la masă și mestecau mai încet mâncarea. Fără să-și dea seama, oamenii se delectau cu mâncarea, le plăcea compania, se plăceau pe ei înșiși și deveneau visători. Cei care așteptau să le vină rândul să ocupe o masă nu se grăbeau să iasă afară la soare, intrau în conversații animate unii cu alții.

Totul se întâmpla datorită iubirii bucătarului. Bucătarul, un om de vârstă medie, plinuț, arăta și seara la fel de radios ca în timpul zilei, doar picioarele, zicea el, parcă au cam obosit.

Omul modern se grăbește să obțină cât mai mult și cât mai repede. Viața s-a transformat într-o goană, indiferent cu cine și cu ce. Cel care se grăbește nu înțelege de ce nu obține ce dorește. Nemulțumirea își face treaba rapid. Setea de câștig distruge atât demnitatea, cât și valorile.

Graba se petrece din frică. Frica de a întârzia te obligă să alergi și cu toate astea omul întârzie. Frica de a nu fi păcălit te obligă să dai din coate, cu toate astea omul rămâne păcălit. Iar frica de a scăpa ceva important din cauza somnului te duce la insomnie. În final, chiar dacă rămâne treaz, oricum scapă ceva important. Asta e frica!

Eliberați-vă de frică și de setea de a câștiga, eliberați-vă de lăcomie, de invidie, de insatisfacție, de neștiința de a vă bucura și de teama că nu sunteți în stare. Înarmați-vă cu tenacitate și determinare.

Valorile vieții trebuie căutate

Orice întreg are binele şi răul său. A face o apreciere unilaterală este o prostie. Prostul învaţă prin suferinţe.

Cine apreciază pe alţii, cine pune într-adevăr preţ pe realizarea altcuiva, dar nici nu închide ochii la defectele lui, acela îşi înalţă demnitatea, căci cine înalţă pe altul, se înalţă pe sine. Cel care nu apreciază pe alţii, se coboară pe el însuşi. Aici se ascunde nerealizarea ca personalitate, spaima că *cineva este mai bun decât mine.*

Nu confundaţi, vă rog, adevărul cu minciuna. Lumea e plină de palavragii care se laudă între ei. Şi cei care se supraapreciază sunt din ce în ce mai mulţi. Adevărata valoare nu are nevoie de reclamă.

Cerinţa din lumea fizică – *de a fi mai bun* – nu are nici o valoare în lumea spiritului. Acolo nu există lupta pentru întâietate. Acolo, fiecare are drumul lui, necesar lui însuşi şi în acelaşi timp tuturor.

La fel se întâmplă şi în lumea fizică, dar noi nu înţelegem. *Oricum eu sunt mai bun decât el.* Apoi apare altul şi mai bun şi lupta continuă.

Binele şi răul formează o unitate în toate. De exemplu, cărţile din domeniul spiritual sunt foarte accesibile şi asta este rău, deoarece, citind prea multe, capacitatea de a gândi se poate bloca. Mai ales atunci când cititorul consideră că un autor are mai multă dreptate decât altul, fără să ştie să selecteze ce îi este necesar.

Fiecare carte îţi dă câte ceva, dacă o treci prin sufletul tău ca să găseşti sămânţa pusă acolo pentru tine. Pentru asta e nevoie să gândeşti.

A citi fără a cugeta este un nonsens

Învăţarea pe de rost, dogmatică, a cunoştinţelor religioase este un nonsens. Unii se pot supăra dacă cineva îi roagă să-i explice ceva. Consideră că e lipsă de credinţă şi cu un necredincios trebuie să fii foarte sever. Istoria războaielor religioase ar fi trebuit să ne înveţe multe lucruri, dar încă n-am învăţat. Cine se consideră mai înţelept decât ceilalţi, este orb şi esenţa lucrurilor tot n-a găsit-o. Iertaţi-l şi nu vă veţi mai simţi iritat.

Cineva care citează din operele unor autori renumiţi, poate să lase impresia că este un om inteligent, dar nu-i serveşte la nimic. Dacă cineva citează din Biblie, nu înseamnă că deja este un om credincios.

Îi întreb câteodată pe bolnavi: *"Cum se împacă soţul (soţia) cu mama dumneavoastră?"* – *„Bine, fiindcă mama este credincioasă."* –mi se răspunde, ca şi cum cu asta mi-a spus totul. Transformând credinţa într-un scut, fiul sau fiica închid ochii la greşelile mamei şi nu permit ca familia lor, lipsită de apărare, să fie desconsiderată. Cel mai mult suferă copiii. Pentru timpurile noastre este tipică şi situaţia inversă, când copiii unor părinţi atei, în speranţa că vor fi apăraţi, se lasă atraşi de diverse secte religioase şi este foarte greu să mai fie scoşi din ghearele dogmei.

Omul căruia i-au fost insuflate idei dogmatice, devine un om crud, care se comportă necruţător cu cei de altă credinţă. Ar trebui să ştie că nu din biserică porneşte credinţa, ci din inima fiecăruia. Credinciosul, care după slujbă începe să bârfească sau se ia la bătaie, n-a priceput nimic nici din credinţă, nici din el însuşi.

Adevăratele valori ale vieţii nu sunt la vedere. Cine şi-a creat o aureolă de om fără păcat şi impune şi celorlalţi înţelepciunea lui, adăugându-şi şi titluri, sigur va păcătui cândva.

Adevărata esenţă a vieţii poate fi descoperită prin eliberarea de rău. De aceea, nu spuneţi că răul, care vă este propriu şi dumneavoastră şi celor dragi, nu există, învăţaţi să înţelegeţi valoarea lui educativă şi eliberaţi-vă de el prin iertare.

După ce vă veţi fi eliberat, răul va străluci ca o piatră preţioasă.

Profunzime şi superficialitate

Deseori sunt nevoită să-i supăr pe oameni, când le spun că atotştiutorii sunt, de regulă, superficiali. Majoritatea lor îşi cunosc propriul caracter şi în viaţa de zi cu zi se consideră persoane cu un cerc larg de interese. Le este greu să-şi corecteze viaţa şi sănătatea prin iertare, fiindcă nu au destulă răbdare să facă ceva temeinic. *„E nevoie şi de oameni ca mine"* - se justifică ei. Aşa este, numai că rezultatul este pe măsura muncii pe care au depus-o.

„Aş dori foarte mult, dar probabil, n-o să pot" – îmi spune cineva, care este un om bun, dar care caută să nu arate că este enervat. Dacă vă cunoaşteţi bine, veţi putea, dar trebuie să exersaţi. Viaţa este şi ea o şcoală şi la şcoală, dacă nu ştii, ei o notă proastă şi nu reuşeşti până nu înveţi.

Un om profund poate să nici nu ştie că este profund, dar tot ce întreprinde duce până la capăt. Şi dacă face ceva în fugă şi nu-i reuşeşte, va încerca până va reuşi. Nu se va precipita imediat să caute alte posibilităţi. El ştie că doar prin perseverenţă îţi atingi scopul.

Un om superficial trece de la o idee la alta. Nu ştie să-şi asculte conlocutorul, în schimb ştie să vorbească. Vrea să vadă rezultatul înainte de a începe. Nu ştie să-şi asculte simţurile şi de aici nesiguranţa în rezultatele muncii lui. Nu este capabil să-şi dezvolte logic o idee – nu-i stă în fire să cugete, fiindcă îşi recunoaşte doar pozitivismul şi îşi neagă negativismul. Vede greşelile altora, dar la ale lui nici nu vrea să se gândească – că doar este un om bun.

Aceste defecte constituie principalele stresuri ale oamenilor superficiali, stresuri ce aşteaptă să fie eliberate. Şi atunci nu veţi mai fi nevoiţi să vă îndoiţi de forţa iertării. Superficialitatea este o trăsătură feminină, caracteristică persoanelor emoţionale care caută în viaţă calea cea mai uşoară.

Întrucât în cartea mea v-am relatat nu numai despre logica vieţii spirituale a omului, dar şi despre Învăţătura lui Hristos despre Iertare, aveţi în vedere următorul lucru: **cunoaşterea este corectă, atunci când ea acţionează în practică.** Iar în practică ea acţionează numai la cei care au înţeles. Înţelege numai acela care nu are raţiunea blocată. Raţiunea este blocată de frica că *nimeni nu mă iubeşte*. Iubirea nu trebuie confundată cu sexul. Cine nu are această frică, înseamnă că frica lui a crescut şi s-a transformat în răutatea că *„nimic nu e cum aş vrea eu"*.

Prin iertare se acumulează experienţă de viaţă, sau înţelepciune, dacă omul trece totul prin sufletul lui. Munca spirituală trebuie făcută din toată inima. Dacă ea va fi făcută conştiincios, bizuindu-te doar pe raţiune, corpul tău nu va fi pătruns de acea energie a iertării, care se simte la modul fizic, nu va apărea eliberarea, uşurarea, şi ameliorarea sănătăţii. *„Credinţa trebuie să plece din inimă, nu din raţiune, atunci este credinţă şi numai atunci este eficientă"* – i-am spus odată, demult, unui străin care vorbea tot timpul despre credinţa şi spiritualitatea lui, în timp ce el era bolnav de cancer. Eram atunci la începutul drumului meu şi argumentele lui m-au pus în încurcătură, eu nefiind sigură pe mine. Am rostit acest scurt adevăr şi am înţeles imediat – mă ajutaseră mentorii mei spirituali.

Acest om nu a înţeles adevărul meu, care era simplu, dar nici nu mai avea timp să aştepte. Ar fi meritat să fie ajutat rapid, în această viaţă. Era un om foarte citit, urmase tot felul de cursuri, pentru a-şi perfecţiona cunoştinţele, dar oricât de complexe ar fi fost ele, nu se înscriau în structura simplă a corpului omenesc şi a vieţii.

M-a privit îndelung, fix în ochi şi ochii i s-au umplut de lacrimi. N-a scos nici o vorbă, s-a ghemuit în scaun, a stat pe gânduri, apoi dintr-o dată şi-a îndreptat spinarea şi mi-a spus scurt: *„Ai dreptate"*. Nu i se spusese un lucru atât de simplu. Dar un om deştept este totdeauna receptiv la ceva nou, chiar şi atunci când este spus de cineva mai prost ca el.

Raţiunea este proprietatea creierului fizic. Înţelegând esenţa credinţei, ea ridică esenţa umană la un nivel nou, mult mai înalt.

Despre iertare, cea corectă şi cea incorectă

Mi se pune întrebarea: *„Ce ziceţi, e bine cum iert?" Sunt nevoită să răspund: „Nu e bine. V-aţi iertat mama şi tatăl ca să vă însănătoşiţi dumneavoastră. Când o să-i iertaţi pentru ca lor să le fie bine, atunci va fi cum trebuie. Şi atunci o să vă faceţi şi dumneavoastră bine."*

Aşa este în viaţă, i se dă celui care dă, cel care ia rămâne cu mâna goală. Aţi apărut pe această lume ca să ispăşiţi răul părinţilor. Iertându-vă părinţii, scăpaţi de propriile neajunsuri, le faceţi lor un bine şi veţi primi şi dumneavoastră însutit.

La fel trebuie iertate şi stresurile, mai bine zis, să le cereţi iertare că le ţineţi captive şi atunci ele se vor descătuşa. Dacă unui gând rău îi veţi spune drum bun, el o va lua pe drumul cel bun. Dar dacă vă veţi obliga să-i cereţi iertare, strângând din dinţi, nu veţi avea niciun rezultat. Buna dumneavoastră intenţie nu este suficientă.

Trebuie înţeles că noi venim pe această lume ca să învăţăm. A învăţa înseamnă a conştientiza obstacolul şi a-l elibera.

Omul care năzuieşte să aibă o viaţă uşoară, în realitate nu ştie ce vrea. Aşa-numita viaţă uşoară este un drum fără oprelişti. O viaţă plină de bucurii, o viaţă fără nicio piedică o au doar idioţii. Doriţi o asemenea viaţă?

Cu cât omul doreşte mai mult o viaţă uşoară, cu atât atrage mai mult ceea ce doreşte, până când raţiunea se degradează, ajungând la nivelul unui idiot. Priviţi femeile în vârstă care suferă de tulburări de memorie, de

ateroscleroza creierului şi, în cele din urmă, de aşa-numitul marasm senil – ele au primit ce şi-au dorit. Viaţa le hărăzise multe obstacole, ca să înveţe să simtă bucurie de pe urma faptelor şi realizărilor lor, iar ele oftează după drumul de aur al vieţii lor, până când corpul le va oferi acel ceva după care au tânjit. Acum nu mai au necazuri pentru că nu mai au memorie, pe care noi o numim raţiune. La bărbaţi acest lucru se întâmplă mai rar.

Cine aşteaptă ziua de mâine fără să ţină cont de greutăţile ei, ci mai ales pentru greutăţile ei, acela îşi va păstra mintea limpede până la adânci bătrâneţi. Nu trebuie să ne ferim de greutăţi, nici pe noi, nici pe alţii. Rostul lor este să ne pună la încercare şi să ne facă mai înţelepţi. Cine vrea să fie bun pentru alţii, face totul pentru ei şi nu-i lasă şi pe ei să facă eforturi, le face rău, fiindcă îi privează de experienţa vieţii. Nimeni nu-i va spune mulţumesc. Sau, de exemplu, dacă un copil vrea să-şi dezvolte inteligenţa, grija excesivă a mamei lui sau a tatălui îl enervează, fiindcă el nu vrea să ajungă un idiot. Părinţii trebuie să-l înţeleagă şi să nu-l considere un ingrat.

Evident că există şi oameni leneşi, cărora le place confortul, care cu mare plăcere îi lasă pe alţii să îi servească şi care nu se îngrijorează deloc de faptul că îşi încetinesc dezvoltarea raţiunii. Cei care, sub masca bunătăţii, contribuie la o astfel de îndobitocire, vor fi pedepsiţi de viaţă, căci viaţa este locul în care se sporeşte înţelepciunea. Ea nu te întreabă dacă ştii ce este bine şi ce este rău, ea te învaţă.

Există şi oameni hiperactivi care sunt gata să facă orice pentru a merge înainte în viaţă. Mă uit la ei, îi ascult şi mă minunez de modul în care se ocupă ei de iertare. Iertarea trebuie să fie sfântă, aşa cum este şi viaţa, nu poţi s-o

înveţi la repezeală. Iertarea făcută în fugă seamănă cu o promisiune politicoasă pe care o uiţi imediat, o faci doar ca să arăţi ce caracter frumos ai. Iertarea făcută cu superioritate arţăgoasă, cât o fi ea de sfântă, se duce în patru vânturi. Dumnezeu vede că, de fapt, omul nu vrea să se schimbe. La ce bun linişte sufletească, dacă el, omul, simte nevoia să fie materialist, să intre în cursa cu obstacole! El vrea să îşi arate puterea, vrea să strălucească, să primească onoruri şi în acelaşi timp vorbeşte atât de bine, cu atâta evlavie despre iubire şi despre iertare, încât îl priveşti cu admiraţie, ca în clipa următoare să înceapă să-l înjure pe cel care nu l-a înţeles sau nu a avut chef să-i înţeleagă ordinul. Fie că este vorba despre un copil sau un subaltern – ei nu pot să acţioneze corect, deoarece în caz contrar, ahtiatul după putere nu ar mai putea să urle la ei.

Poţi să stăpâneşti în mai multe feluri, şi în ce te priveşte pe tine însuţi şi pe alţii.

Exemplu din viaţă

Acum câţiva ani l-am ajutat să se vindece pe un bărbat cu insuficienţă renală, care vorbea foarte frumos despre iertare şi spunea că sănătatea i s-a ameliorat graţie iertării. În corpul lui se produseseră schimbări mari, în special în ficat, dar nu erau suficiente pentru ameliorarea substanţială a sănătăţii.

I-am spus că încrederea lui în puterea iertării este încă slabă şi superficială, dar n-a fost de acord, fiindcă, după părerea lui, această teorie este foarte corectă şi acum el înţelege altfel viaţa. Era un om bun, politicos. În clipa următoare însă, vorbea despre implant de rinichi. N-am reuşit

să-l conving că rinichii s-ar vindeca, dacă el şi-ar aduce aminte şi s-ar elibera de stresurile pe care dorea să le depăşească prin răutate şi dacă, prin iertare, s-ar elibera de lupta dură cu viaţa.

El n-a înţeles că pentru a fi mai presus de rău, trebuie să-ţi fie şi mai rău, iar pentru a fi mai presus de frică, trebuie să devii rău. La orice nedreptate reacţiona ca un butoi cu pulbere.

A venit odată la mine cu fiul său de zece ani. Copilul stătea cuminte, foarte liniştit şi asculta ce îi spuneam tatălui său. Era un copil speriat de muştruluiala părinţilor. Apropo, copiii se tem cel mai mult de moartea părinţilor. Am văzut cât de superficial îmi asculta tatăl sfaturile pe care eu i le dădeam pentru a se putea vindeca şi am înţeles că strădaniile mele sunt zadarnice. Deodată, bărbatul a urlat înfiorător: *„Băiete, ascultă ce spun oamenii deştepţi şi învaţă, ca să nu faci în viaţă aceleaşi greşeli"*. El n-a înţeles că în aceeaşi clipă raţiunea fiului s-a blocat – tonul brutal l-a speriat şi l-a înfuriat pe copil; el nu putea să mai primească sfatul bun al tatălui său. Îl educaseră într-o atmosferă de permanentă tensiune.

Bărbatul înţelegea că boala sa de rinichi era rezultatul spaimelor trăite de el în copilărie. Dar nu înţelegea că îşi extenuează copilul la fel cum se procedase cu el, nu înţelegea că vindecarea lui ar fi fost pentru copil cea mai bună lecţie de înţelepciune. Îi ordona fiului să înveţe din vorbe şi nu din fapte şi nu înţelegea că rezultatul obţinut era opus celui dorit. Îşi iubea copilul, dar nu se iubea pe el. Cine nu ştie să se iubească şi să se respecte pe sine, nu ştie nici să-i iubească pe alţii.

Viaţa trebuie să fie o mişcare în linie dreaptă. Principiile de viaţă trebuie să fie clare, curate, oneste, sincere şi fără gânduri ascunse. O coloană vertebrală dreaptă arată concepţia de viaţă a omului, care, la rândul ei, îşi are începutul în tată.

Fiecare om reacţionează în felul său la obstacolele vieţii.

Imaginaţi-vă că nişte oameni merg pe drum şi în faţa lor apare ca din senin un munte. Reacţia va fi individuală şi caracterizează convingerile fiecăruia.

Primul se sperie, îngheaţă pe loc, îl apucă disperarea şi îi este frică să înainteze. Viaţa lui se opreşte. Mai devreme sau mai târziu el va pieri, fiindcă energia vieţii trebuie să se afle în mişcare. Stagnarea înseamnă pieire. Spaima a stins lumânarea vieţii.

Al doilea nu stă mult pe gânduri şi ia cu asalt obstacolul. Adunându-şi forţele, el urcă pe vârful muntelui, apoi coboară ca să-şi continue drumul vieţii. Dacă acest om îşi va analiza realizările şi va observa că distanţa parcursă nu este egală cu forţele irosite, putem spera că el va rămâne pe gânduri.

Al treilea vede în obstacol un duşman. Se avântă în luptă ca să-l lichideze, dar nu înţelege de ce muntele devine şi mai mare, fiindcă nu ştie că el însuşi îşi cultivă răutatea. S-ar putea să distrugă obstacolul, dar se va distruge şi mai mult pe sine. Nu este obligatoriu ca propria pieire să se vadă imediat.

Al patrulea se crede mai deştept şi mai inventiv sau mai nefericit şi mai neajutorat decât alţii. Acesta încearcă să ocolească obstacolul şi se grăbeşte să-şi reia drumul. Dar, imediat descoperă un nou obstacol şi acum este nevoit să caute o altă cale de ieşire. Începe să alerge în jurul

obstacolului şi n-are timp să privească în urmă ca să tragă o concluzie din ce a realizat. Pentru el graba este un fel de onoare şi o mândrie şi nu observă că înaintează încet pe drumul vieţii. Pentru a mări viteza şi a-i depăşi pe alţii începe să facă tot felul de combinaţii, să aleagă căi greşite şi începe să se clatine pe drumul vieţii, îşi iroseşte în zadar o cantitate mare de energie şi strâmbarea coloanei lui vertebrale reflectă principiile lui de viaţă.

Al cincilea depăşeşte obstacolul şi îşi spune: *„Ei poftim! Ăsta e semnul prostiei mele. Am făcut ca lecţia mea de viaţă să fie atât de mare încât mi-am îngrădit eu însumi drumul. Trebuie să-mi corectez singur greşelile."*

El îi spune obstacolului: *„Dragă învăţătorule, indiferent cum ţi se spune şi de unde ai apărut – din sentimentul de vinovăţie, din frică sau din răutate, te iert că ai apărut în calea mea. Înţeleg că ai apărut să mă înveţi. Dragă învăţătorule, iartă-mă că nu am învăţat până acum lecţia pe care mi-ai dat-o. În loc să învăţ şi să devin mai deştept te-am transformat în prizonierul meu şi, ăsta sunt eu, te-am crescut până când tu mi-ai dat un semnal despre greşelile mele sub formă de boală. Erai ca un fir de nisip, iar eu am adunat cu mâna mea noi şi noi fire şi te-am transformat într-un munte. Iartă-mă că abia acum mi-am dat seama de greşeala mea. Dragul meu corp! Iartă-mă că te-am făcut să suferi din cauza neglijenţei mele".* Aşa se eliberează stresul şi se vindecă boala. Muntele din faţa lui dispare. Se poate merge mai departe.

Acest om merge pe calea lui încet, dar liniştit şi raţional. Se opreşte când trebuie să se gândească la ceva important, fiindcă ştie să aplice în practică înţelepciunea vieţii. În ochii unuia grăbit şi agitat el trece drept un leneş fericit care are totdeauna noroc. Şi asta îl supără pe grăbit.

Totodată, fiecare om este liber să aleagă cum să se mişte pe drumul vieţii şi de asemenea este capabil să simtă puterea iertării sale. Ea poate fi incredibil de mare.

Voi da două exemple care pot fi instructive chiar şi pentru cei mai materialişti oameni.

Odată, după o conferinţă, o femeie s-a apropiat de mine, mi-a arătat o piatră. La prima vedere nu mi-am dat seama că este un calcul biliar şi ea m-a întrebat: *„Ce fel de răutate este asta?"* Am privit-o cu mimica unui om obosit şi ea şi-a dat seama că nu am recunoscut piatra.

A venit mai târziu la clinică, după operaţia de vezică biliară, şi a început să se ocupe de eliberarea de stresuri, aşa cum o învăţasem eu. Peste câteva săptămâni a deschis cutiuţa în care îşi păstra „preţioasele" ei pietre şi a constatat cu stupoare că pietrele s-au măcinat. Rămăsese întreagă doar cea mai mică. Femeia a dedus imediat că se măcinaseră pentru că ea îşi iertase răutăţile. O cuprinsese o dorinţă înfocată de a se elibera şi de ultima răutate, tare ca piatra – simţise în ea puterea forţei iertării. Când a auzit cum se numeşte această răutate, a exclamat: *„ Cum de nu mi-am dat seama! Îmi aduc aminte foarte bine!"*

O săptămână mai târziu a venit o altă femeie cu vezica biliară perforată din cauza calculilor. Făcuse complicaţii şi fusese operată de două ori. Din cauza vomei slăbise foarte tare şi abia se ţinea pe picioare. Era şi după două intervenţii chirurgicale. A învăţat foarte repede să ierte. Peste o săptămână, când a venit iarăşi la mine, i-am povestit întâmplarea cu prima femeie. Mi-a spus: *„Aha, de aceea piatra mea cea mare s-a sfărâmat în aceste ciudate pietricele rotunjite".* Văzusem piatra cea mare cu un diametru de 2 - 3 cm – era tare, foarte tare; ca să o spargi ţi-ar fi tre-

buit un ciocan mare. Femeia asta auzise multe lucruri despre iertare, şi se ajuta, dar, din păcate, o făcea numai ca să-şi continue şi mai necruţător lupta ei cu viaţa. Piatra de încercare pentru ea era autoritatea excesivă a mamei ei, care se purta rece şi exigent faţă de necazurile altora, inclusiv ale fiicei sale. Lupta comună a acestor două pietre tari le-a adus pe ambele femei într-o situaţie foarte gravă.

Despre oamenii minune fără cusur

Mi se întâmplă foarte des să am lungi discuţii lămuritoare – care oferă şi posibilitatea de a opta – cu unii bolnavi care sunt *ideali*.

Pe cine numesc aşa şi de ce?

Este vorba despre omul care stă în spatele zidului său energetic, ca şi când ar aştepta să fie atacat, nu-mi urmăreşte gândurile, ci, dimpotrivă, aşteaptă sfârşitul discursului meu ca să spună iritat: *„Eu nu am astfel de stresuri! Eu nu învinuiesc niciodată pe nimeni şi nu mă supăr niciodată. Iar părinţii mei nu au nimic de-a face cu asta, eu nu i-am mai văzut demult. După câte îmi amintesc, mama mea a fost totdeauna bună"*. O afirmaţie atât de categorică, care nu admite nici o replică, este o lipsă de dorinţă de a-ţi recunoaşte propriile greşeli. Aceasta este a doua faţă a refuzului de a ierta. Dacă eu nu am făcut greşeli, atunci nici nu am de ce să iert!

Reţineţi că unicul păcat pe lumea aceasta îl constituie refuzul de a ierta!

Apare din ce în ce mai des situaţia când nu-ţi găseşti cuvintele, iar intonaţia nu este înţeleasă. A-i spune verde-n faţă unui astfel de om nu se poate – se supără. Iar el nu consideră supărarea ca fiind o răutate. Teama lui că cineva îi vânează greşelile se transformă în răutate, dar şi acest lucru îl neagă. Stă încăpăţânat în spatele zidului său, mijind ochii cu răutate, şi nu este în stare să recunoască că el singur a venit la mine, din cauza bolii, şi că nu l-am chemat eu.

Nu vorbesc despre materialiştii care încă nu au ajuns la înţelepciunea spiritului, ci despre oamenii care se autointitulează spiritualizaţi. Sunt spiritualizaţi în sensul că şi-au dat seama care este direcţia, dar trebuie să scape de defectele de vedere spirituală, în caz contrar, în curând, nu vor mai putea distinge nici direcţia.

Mă nelinişteşte serios acea euforie cu care tineretul se mişcă pe drumul spiritualităţii. Întrucât cei vârstnici îi consideră întotdeauna ca o generaţie pierdută, tinerii au avut dintotdeauna dorinţa de a dovedi contrariul. Şi întrucât vârstnicii se consideră invariabil mai înţelepţi, nu-şi găsesc răgazul să-şi reconsidere în mod critic hotărârea. Acţiunile tinerilor se transformă într-o goană rapidă după propriul ţel, asemeni unor cai ce galopează cu ochelari la ochi şi emoţiile îi orbesc, îngustându-le şi mai mult câmpul vizual şi aşa redus. Şi dacă pe marginea drumului spiritual se iveşte un om în vârstă, care le doreşte cu adevărat binele şi care încearcă să mai încetinească năzuinţa superficială a tinerilor, atunci, în cel mai bun caz, este pur şi simplu luat în derâdere sau în cel mai rău caz, i se pune piedică.

Dacă tânărul nu vrea să recunoască faptul că experienţa lui de viaţă constituie o valoare şi face pe deşteptul, atunci atrage asupra sa lecţia suferinţelor. Din păcate, numai un înţelept ştie că din fiecare prostie are ce învăţa.

Impetuozitatea nu este o caracteristică a tinerilor. Impetuozitatea este frica de a nu *întârzia, de a nu rămâne cu buzele umflate*. Oameni impetuoşi se întâlnesc peste tot în drumul vieţii, şi în mişcarea spirituală, şi ei pot fi recunoscuţi după faptul că sunt fals patetici, nemulţumiţi, veşnic grăbiţi, exageraţi, lăudăroşi şi hiperemoţionali.

Unii păşesc atât de euforici pe calea spiritualităţii părându-li-se că văd succesul, încât încep să gonească înainte cu viteză, şi acest lucru nu le permite să înţeleagă că demult s-au abătut de la drumul drept şi acum se află pe o cale greşită. Cel care îşi închipuie că prin el ar curge negativitatea altora, merge pe o cale greşită până va înţelege că el însuşi, prin gândurile sale rele, atrage răul. Extazierea în faţa propriei persoane este un lucru periculos, de aici creşte invidia pe cei mai norocoşi, nemulţumirea faţă de cei care nu-i apreciază calităţile sale excepţionale şi setea de răzbunare, care nu are un destinatar concret. *Cineva trebuie să fie vinovat!*

În caruselul vieţii, alţii se dovedesc a fi atât de prinşi de energia lor nepotolită, încât nu există lucru despre care ei să nu aibă de spus un cuvânt cu greutate. Slăbiciunea emoţională orbeşte. Unui astfel de om mersul uniform spre o cunoaştere profundă îi este necunoscut. El nu stă o clipă să se lămurească ce e cu bolile şi cu necazurile, atât ale lui, cât şi ale celor din familie ca, prin intermediul lor să capete înţelepciune. Calul iute – sufletul – îl poartă pe calea alunecoasă a emoţiilor, iar spiritul priveşte trist de pe margine şi aşteaptă.

Mişcarea este baza existenţei spiritului, stagnarea înseamnă moarte.

Mişcarea noastră pe drumul vieţii este determinată de scopul pe care îl are spiritul. De aceea este foarte greu să schimbi convingerile omului. Acest lucru nu-l pot face nici ceilalţi oameni, nici schimbarea orânduirii de stat, îl poate face doar omul însuşi, dacă se cunoaşte pe sine şi dacă îşi cunoaşte locul în lume.

Poţi să schimbi direcţia, ca girueta, poţi să-ţi ascunzi scopurile de dragul avantajelor materiale, dar spiritul are scopul său – să înveţe şi, dacă lecţia vieţii nu a fost însuşită, atunci, cândva, la momentul potrivit, se va deschide din nou uşa tainică a fostelor convingeri.

Atunci se vor face auzite diverse aprecieri. Unii vor spune: *„El a devenit deja un om atât de bun. A câştigat încrederea tuturor"*. Alţii vor spune: *„În sfârşit, a redevenit un om normal. A fost complet fals, mai bine să fie aşa cum este el de fapt"*. În prima categorie intră cei care se pretează la înşelătorie şi îşi vor primi lecţia de viaţă prin înşelătorii. A doua categorie porneşte de la realitate şi apreciază sinceritatea. Lor le va fi mai uşor să-şi însuşească înţelepciunea pe care o caută. Dacă vor gusta din fructele amare oferite de lecţia aspră a convingerilor lor, vor deveni exact opusul şi vor fi fermi în alegerea drumului.

Astfel, dintr-un infractor poate să se nască un sfânt, dintr-un procuror sever – un învăţător blând. Prin purificare sufletească aceşti oameni au trecut de la nivelul emoţiilor la cel al sentimentelor. Ei nu vor mai spune: *„Cred că..."* Vor spune: *„Eu ştiu"*.

Ce este emoția și ce este sentimentul?

„*Ce diferență este între ele?*" – vor întreba cu uimire cei care ar vrea să se certe cu mine și să demonstreze că este același lucru. Obiceiul de a pune semnul egalității între cele două noțiuni provine din faptul că nu obișnuim să cugetăm asupra gândurilor noastre. Noi, așa numiții oameni civilizați ai secolului al XX-lea, ne-am dezobișnuit să facem acest lucru.

După părerea dumneavoastră, ar fi putut să supraviețuiască strămoșii noștri fără să știe de viața sufletească și fără să cugete asupra ei? Ei ne-au lăsat ca moștenire o înțelepciune nepieritoare, iar noi nu vrem să o folosim, deoarece, chipurile, noi i-am depășit. Dați-ne alta, mai nouă! Este o realitate că omenirea devine tot mai matură, dar nu mai înțeleaptă – noi nu facem decât să ne complicăm viața și considerăm că asta este înțelepciune. Confundăm rațiunea cu înțelepciunea vieții. Din cauza progresului tehnic rapid dezvoltarea spirituală a fost încetinită, fiindcă am început să negăm spiritul. Credința s-a transformat într-o modă ce a cuprins mase mari de oameni și toată lumea se bucură de această iluzie. La fel și biserica.

Care este folosul unei credințe lipsite de sens? Căutăm în permanență ceva nou, ceva care să ne atragă și aruncăm la lada de gunoi vechile înțelepciuni.

Ni se pare că meditația, răspândită în toată lumea pornind din țările din Orient, este ceva nou. În realitate însă, meditația este o denumire străină și înseamnă cugetare. Nu este altceva decât o noutate veche, venită la noi din Orient. Întrucât tradițiile și obiceiurile din țările calde se deosebesc de ale noastre, meditația a fost și ea preluată și percepută ca un fenomen misterios și tentant.

Cred că experiența cugetării, specifică fiecărei țări și fiecărui popor și care s-a format în decursul mileniilor, trebuie să fie mai apropiată în spirit și mai eficientă. Noi am crescut, ca și plantele, pe un anumit sol și numai el ne poate ajuta să facem boboci mulți și să înflorim. Dacă vom împrumuta, fără să gândim, tot ce este străin, nu vom învăța. Și a învăța doar pe jumătate este un lucru nociv.

Sfârșitul secolului al XX-lea are nevoie de descoperirea rațiunii și valorificarea uriașelor posibilități ale creierului.

Omul din Nord trăiește în frig, întuneric și izolare.

Aceste condiții sunt favorabile pentru dezvoltarea rațiunii.

Iertarea este o soluție la nivelul sentimentelor prin rațiune și cu ajutorul rațiunii.

Sentimentul este liniște sufletească, iar meditația este dezlănțuirea simțurilor. Este ca un val ridicat de un vânt puternic. Sentimentul și emoția sunt cele două laturi ale lumii simțurilor.

Omenirea trăiește la nivelul emoțiilor. Fără a fi conștienți, noi năzuim spre un nivel profund al sentimentelor. Câteodată însă, doar vorbim despre sentimente, în realitate tânjim după emoții mari și frumoase. Unii le doresc cu înfocare, alții se tem de ele. Pentru unii un sentiment mare înseamnă emoție, pentru alții emoția este un sentiment. Sunt cei doi poli opuși ai aceluiași întreg.

Cel care a ajuns să facă deosebirea de principiu între ele, se va înțelege bine pe el însuși și-i va înțelege și pe ce-

ilalţi. În linii mari, ca oameni, suntem foarte asemănători. La o examinare mai atentă suntem însă foarte diferiţi. Deşi ne considerăm deştepţi, toţi mai trebuie să învăţăm.

Copilul spune: „Ştiu".

Tânărul spune: „Ştiu".

Bătrânul spune: „Ştiu".

Cel cu studii primare spune: „Ştiu".

Cel cu studii superioare spune: „Ştiu".

Înţeleptul spune: „Ştiu".

Savantul spune: „Ştiu".

Cel cu capacităţi extrasenzoriale spune: „Ştiu".

Şi pe câte tonuri se poate spune! Unii îşi expun cunoştinţele cu atâta claritate şi atât de prietenos, încât te atrag. Alţii scot pe gură câte un porumbel de nu-ţi mai vine să mai spui nimic.

Omul care a devenit mai înţelept datorită experienţei lui de viaţă, adică omul spiritualizat, nu spune nimic – el ştie.

Toată lumea ştie, dar cunoştinţele fiecăruia, chiar în acelaşi domeniu vor fi diferite. Un om cu adevărat deştept nu-şi va sublinia deşteptăciunea, pentru că cel care vede, vede şi aşa, iar ce vede un orb – nu mai are importanţă.

Imaginaţi-vă o sală de conferinţe înţesată de lume şi toţi îl urmăresc pe conferenţiar. Niciunul nu-l va vedea la fel ca celălalt, fiecare vede în felul său, de la nivelul său. Şi dacă ai cere părerea fiecăruia, deosebirile ar fi şi mai frapante, întrucât aprecierea este influenţată de caracterul omului, de experienţa lui de viaţă, de emoţii şi sentimente.

La fel şi cărţile. De exemplu, cea pe care o aveţi acum în mână. Unul va râde, altul va plânge, altul se va supăra, altul se va bucura, fiindcă şi-a găsit un suport ca să poată merge mai departe. Unii vor fi disperaţi după ce vor descoperi câte greşeli au făcut în viaţă. Alţii vor fi revoltaţi, fiindcă au reţinut din carte că li s-a pus eticheta de om rău. Iar alţii, mulţi, nici nu vor pune mâna pe ea. Şi-au format deja o părere, auzind ce spun alţii. Pe foarte mulţi, după ce au citit cartea, i-a apucat frica la gândul că iertarea nu stă în puterea lor – încă mai confundă unele lucruri şi Dumnezeu ştie ce se poate întâmpla...

Spaime, spaime, spaime! Nici nu apuci să te pregăteşti mental pentru iertare şi imediat apare spaima şi distruge complet toată minunea.

Uitaţi-vă câte emoţii! Trăim la nivelul emoţiilor, luptăm cu duşmani inexistenţi şi nu ne dăm seama că noi i-am inventat.

Mulţi îmi spun: *„Mulţumesc pentru carte! Acum ştiu de unde vin necazurile mele. Până acum am bănuit doar, acum ştiu."* În ultima propoziţie se formulează clar ce ne caracterizează pe noi toţi - la nivelul simţurilor suntem înştiinţaţi sub forma unei bănuieli, dar nici până azi oamenii nu cred în ea. *„Imediat după ce am citit cartea, am şi crezut."*

Lipsa credinţei este problema omului contemporan. Cel care şi-a însuşit filosofia vieţii în şcoală are nevoie de cunoştinţe solide – aceasta este caracteristica vremurilor noastre. Când cunoştinţele sunt foarte concrete şi pot fi folosite, ele vor fi asimilate imediat. Şi, fără să se aştepte, omul crede în bine. După câteva luni, viaţa şi sănătatea lui se normalizează rapid. I se întăreşte tot mai mult convingerea că aceste cunoştinţe îi dau posibilitatea să se vindece cu ajutorul gândurilor.

Cunoaşterea este ştiinţa de a merge în direcţia bună.
Cunoaşterea îţi dă linişte sufletească.
Liniştea sufletească este un sentiment.

Dezvoltarea universului de sentimente începe cu liniştea sufletească în sensul unei înţelepciuni din ce în ce mai mari în universul spiritual. Până atunci, omul, fiind prizonier al emoţiilor, va continua să vâneze impresii, să admire strălucirea aparentă şi să fie atras de bunăstarea materială, spunând în acelaşi timp despre el că este omul sentimentelor.

Cu cât bogăţia este mai mare, cu atât mai mari sunt emoţiile şi mai mici sentimentele. Cu cât dorim mai mult bunăstarea, cu atât ne îndepărtăm de lumea sentimentelor.

Noi numim emoţiile sentimente şi este o mare greşeală. Cu cât omul este mai spiritualizat, adică cu cât experienţa lui de viaţă este mai mare, cu atât va avea mai puţine emoţii şi cu atât mai profund va fi universul sentimentelor lui. Cineva care se află într-o criză emoţională poate să-l eticheteze pe un înţelept, fără să-şi dea seama că aprecierea lui este de fapt o reflectare a propriului nivel. Numai o persoană emoţională face aprecieri, compară, se ia la întrecere, doreşte cu înfocare onoruri şi glorie. Pentru un om obişnuit înţeleptul este plicticos şi insensibil.

Gândiţi-vă un pic la emoţiile pe care le aveţi. Luaţi, de exemplu, frica. Imaginaţi-vă că vă aflaţi undeva într-un loc lugubru de unde nu puteţi ieşi şi ţineţi minte această senzaţie.

Acum imaginaţi-vă frica la nivelul sentimentelor. Vă aflaţi în acelaşi loc, dar de această dată sunteţi un înţelept. Ştiţi totul despre acest loc lugubru şi staţi acolo într-o stare de totală linişte sufletească. Nu aveţi alt sentiment? Nu este oare o înţelegere calmă a ceea ce înseamnă frică? Este cunoaşterea cea care îi dă înţeleptului linişte sufletească ? Acesta este sentimentul.

Dacă nu aveţi imaginaţie, închipuiţi-vă că sunteţi victima unui incendiu. Şi apoi că sunteţi pompierul care ştie ce înseamnă focul şi care în toiul incendiului se comportă raţional. Dacă, acolo, el s-ar lupta cu propriile lui frici, incendiul ar lua amploare.

Pentru o diferenţiere şi mai clară a emoţiei de sentiment, comparaţi prin aceeaşi metodă, de exemplu, sentimentul de vinovăţie, răutatea, susceptibilitatea cu oricare alt gând exprimat mai simplu sau mai complicat prin cuvinte.

Şi acum să ne gândim la iubire. Imaginaţi-vă iubirea la nivelul emoţiilor şi apoi iubirea la nivelul sentimentelor. Prima produce excitaţie şi fantezii erotice, după care urmează creşterea activităţii fizice, dezlănţuire şi, în final, tristeţe şi o senzaţie de pustiire. A doua face ca sufletul să fie năpădit de o senzaţie de fericire nespus de caldă şi de înţelegerea faptului că iubiţi şi sunteţi iubit. Nu poate exista altceva mai înălţător.

Dacă ştim să delimităm emoţiile de sentimente, ştim şi să ne descurcăm în problemele noastre de viaţă. Dacă nu ştim, va trebui să învăţăm. Va trebui să ne obligăm să lucrăm asupra gândului şi să o facem până când ne va fi clară deosebirea.

Omenirea este ca o mare. Marea este perfecţiune. Ea este veşnic schimbătoare şi totodată înfricoşătoare. Ea poate fi netedă ca oglinda şi este de ajuns o pală de vânt, că au şi apărut valurile. În scurt timp se poate dezlănţui furtuna. Marea este ca omenirea, tot ce este superficial stă

la suprafaţă, tot ce este temeinic se află în profunzime. Evident există şi niveluri intermediare.

Vântul este greutatea vieţii, lecţia de viaţă. Doar vântul face din emoţii un stres. Stresul apare numai din emoţii.

Cine şi-a învins frica, a învăţat să înoate.
Cine s-a eliberat de frică, a învăţat să se scufunde.

Scufundători sunt însă puţini... Fundul mării este ca un vis. Nu oricine se încumetă să viseze, mai degrabă vor spune că nu –i interesează fundul mării, că şi aşa au destule griji pe uscat. Între nivelul emoţiilor şi nivelul sentimentelor se află o barieră - frica.

Cine se încumetă şi ştie să se scufunde, nu va fi ajuns de furtună. Cu cât se va scufunda mai adânc, cu atât nu-i va mai păsa de furtună. Nici cel mai înalt val nu ajunge niciodată la fund.

Suprafaţa mării este nivelul emoţiilor, care la fiecare pală de vânt răspunde prin valuri. Cu cât vântul este mai tare, cu atât mai puternice sunt emoţiile şi acţiunea lor poate fi distrugătoare. Cu cât înotătorul este mai neştiutor, cu atât mai mult se teme pentru el şi pentru ceilalţi. Un om speriat îşi pierde capacitatea de a gândi, îşi pierde raţiunea. Evaluând totul de pe poziţia lui, va vedea în orice scufundător pe unul care se îneacă şi care trebuie salvat. Şi nu este capabil să înţeleagă de ce cel care a fost salvat se smulge din mâinile lui şi în final se supără că a fost salvat. La fel procedează şi cei care, fără să întrebe dacă este nevoie de ajutorul lor, se consideră buni fără să-şi dea seama că în realitate pe ei îi mână frica de *a fi rău* sau frica *nimeni nu mă iubeşte*. Această frică îţi cere să fii bun, ceea ce n-ar fi

rău în sine, dacă nu ar fi o frică ce te striveşte. În acest caz, bunătatea este doar o aparenţă, un fals.

Fundul mării constituie nivelul sentimentelor. Cine s-a eliberat de frică, va fi capabil să se scufunde. Cu cât îşi va perfecţiona mai rapid tehnica, cu atât va căpăta o mai mare îndemânare. Cu cât va dori mai mult să exploreze adâncurile, cu atât mai răbdător va năzui spre ţelul său şi cu atât succesul va fi mai mare. Aşa se întâmplă cu toate în viaţă.

Acum, străduiţi-vă să vă găsiţi locul în această mare. Încercaţi să vă lămuriţi de ce sunteţi la acest nivel şi ce probleme au apărut din cauza asta.

Fiţi cinstiţi cu voi înşivă şi atunci îi veţi putea înţelege şi pe alţii.

Feminitatea şi masculinitatea ca atu sau armă

Majoritatea femeilor se află la nivelul emoţiilor şi nu ştiu să-i înţeleagă pe bărbaţi.

Majoritatea bărbaţilor se află la nivelul sentimentelor şi nu ştiu să le înţeleagă pe femei.

Şi unii şi alţii au vâslit împreună acuzându-se reciproc, încercând să-l facă pe celălalt să semene cu el. Ducând dorul unor sentimente mari, se târăsc reciproc în valurile dezlănţuite ale emoţiilor şi se duc la moarte sigură. Primele care încep să acuze sunt femeile. Ele găsesc că soţul lor este insensibil, fără inimă, are obrazul gros, este grosolan, neşlefuit, nu iubeşte, etc. Tonul, la început glumeţ, devine din ce în ce mai tăios deoarece, chiar dacă au fost semnale, soţul nu s-a corectat şi nu a început să o iubească aşa cum

ar fi vrut ea. Destul de repede soţul găseşte cum să-i răspundă şi, de regulă, niciunul nu-şi dă seama că celălalt rosteşte doar înţelepciunea lui de viaţă. Faptul că noi am venit pe lume doar pentru a învăţa unul de la celălalt nu poate fi înţeles de niciuna din părţi.

Dacă femeile ar fi conştiente de nivelul lor, ar înţelege că din punct de vedere spiritual ele sunt în urma bărbaţilor şi, conform legilor vieţii, cel care a rămas în urmă va ţâşni mai repede în faţă. Atunci ele ar învăţa cu râvnă din înţelepciunea de viaţă a bărbaţilor şi nu i-ar mai potopi cu învinuiri. Comportamentul deosebit de activ al femeilor moderne confirmă această afirmaţie.

Să nu ne grăbim cu concluzia că femeile ar fi lipsite de sentimente, iar bărbaţii de emoţii. În fiecare femeie există tatăl ei = spiritul ei şi nivelul sentimentelor. Şi în fiecare bărbat există mama sa = sufletul lui şi, deci, nivelul emoţiilor. Graţie spiritului său, fiecare femeie are scopuri bine determinate şi vede viaţa în profunzime. Datorită sufletului său fiecare bărbat este neliniştit şi vede viaţa în amploarea ei.

Natura ne-a dăruit totul – doar dacă am şti să înţelegem viaţa!

Bărbatul o priveşte pe femeie cum priveşte joaca valurilor pe mare şi acest lucru îi produce emoţii pozitive. Un bărbat deştept ştie că nu există mare fără valuri şi nu există femei fără emoţii. Un bărbat deştept o învaţă pe femeie să se ridice la nivelul sentimentelor şi face acest lucru în mod inteligent, fără să o umilească, fără să o forţeze, fără să o compare cu alte femei, fără să-i scoată în evidenţă prostia - într-un cuvânt, fără să-i provoace durere. Dacă prostul

provoacă durere, deşteptul nu răspunde cu aceeaşi monedă. Deşteptul are simţul propriei demnităţi, care nu-l lasă să strângă răutate în suflet şi de aceea comportamentul lui este înţelept.

Bărbatul care are sentimentul de vinovăţie şi teama că *nu va fi iubit dacă nu-i face femeii pe plac*, îi oferă ei posibilitatea *să se salveze* şi astfel el îşi blochează propria evoluţie pe calea vieţii. Acum, bărbatul are două posibilităţi – să lupte sau să se predea.

Tipul de luptător se înrăieşte repede dacă îi apare o piedică în cale. El nu ştie că răutatea apare numai la cel care nu este lăsat să înainteze. Răbufnirile de furie ale bărbatului. manifestate prin bătăi, tortură, batjocură, nu sunt altceva decât un mod de a se elibera de răutate pentru a rămâne în viaţă. În aceste cazuri femeia are ocazia să audă cuvintele: *„nu eşti femeie!”*. Frica reciprocă: *„nu mă iubeşte”* nu o lasă pe femeie să iubească şi nu-l lasă pe bărbat să primească iubirea.

Cel care se predă se acumulează mai încet răutate deoarece, la început, femeia este mulţumită că soţul ei o ascultă, iar soţul, emoţional, devine ca o femeie şi iubirea ei se stinge. Un soţ mult prea bun nu va mai fi un adevărat bărbat. Când un soţ este supărat, el mai este încă în stare să meargă înainte, curăţându-şi drumul prin forţă, dar când se află sub papuc îi este sortit să piară şi în acelaşi timp el distruge şi soarta copiilor săi. Bolile lui sunt mult mai grave şi mai periculoase, deoarece ele evoluează silenţios.

Ascultarea exagerată şi supunerea exagerată sunt periculoase mai ales pentru bărbaţi. Un astfel de bărbat va fi ca o maşină care funcţionează bine în societate şi în familie până se schimbă situaţia. Cu noua situaţie nu este în stare să se obişnuiască şi atunci piere. Frica lui că *ceilalţi*

nu-l iubesc – de vreme ce el nu le mai poate face hatârul – îi blochează într-atât raţiunea, încât apare o deviere psihică sau o boală. Şi atunci nimeni nu-i va mai putea dovedi că are nevoie de la el.

Dacă omul este neclintit în convingerea lui că iubirea este doar producţie şi consum de bunuri materiale, la primul eşec sufletul lui se va sparge în bucăţi. Pentru el viaţa îşi pierde sensul. Ce este aceea iubire – nu ştie.

Criza profundă a materialismului scoate nemilos în prim plan acest tip de om.

Despre el se spune: *„Totdeauna a avut un caracter frumos şi bun. Nu ar fi trebuit să i se întâmple ceva rău. N-a omorât nici măcar o muscă. Totdeauna a fost îngrijit şi harnic."* Iar eu le răspund: *„Da, dar starea lui vă îngrijorează de mult timp. Ani întregi aţi încercat să-i insuflaţi viaţă. Aţi vrut să faceţi om din el, fiindcă el se oprise din calea vieţii lui."* Şi aşa şi este. O maşină ascultătoare, comodă se transformă pe neobservate într-o umbră omenească, fapt ce face ca familia să intre în panică văzându-l clar cât de repede se stinge. Poate fi atât de fragil doar cineva care are spaima că *nu este iubit* şi care crede că îşi câştigă iubirea printr-o supunere de rob.

Aici trebuie subliniat faptul că mentalitatea de sclav nu are nici o legătură cu orânduirea socială. Nici socialismul, nici capitalismul nu sunt vinovate. Ce aflăm acum este că mentalitatea de sclav a existat şi în epoca socialistă şi există şi în cea capitalistă. Cel care, în vieţile anterioare, şi-a învăţat lecţia amară a supunerii, nu va sta ca un rob smerit nici în faţa uşii socialismului, care s-a închis, nici în faţa pungii cu bani a capitalismului, care s-a deschis.

Iertaţi-i fragilitatea acestui om, ea a fost provocată de spaima că *„viaţa nu-l iubeşte"* şi cereţi-i iertare că l-aţi folosit fără să ştiţi ce faceţi. E o muncă imensă! Un lucru, care şi aşa este fragil, nu trebuie îndoit în toate direcţiile şi de mai multe ori, pentru că se rupe. De aceea nu-l tulbura cu scuzele tale, mai bine cere-i iertare în inima ta. Oamenii de sacrificiu vor să sufere, ei au nevoie să li se recunoască suferinţele, ele fiind semnul devotamentului lor. Dacă v-aţi eliberat într-o măsură suficient de mare de stresurile care vă supără la aproapele dumneavoastră, dacă sunteţi capabili să apreciaţi realist situaţia, înseamnă că între timp aproapele deja s-a schimbat. Acum puteţi să vorbiţi deschis şi sincer. El a devenit flexibil.

Să ştiţi şi faptul că, dacă un asemenea om este din familie, atunci toţi aveţi nevoie de o asemenea lecţie de viaţă. Gândiţi-vă la ceea ce vă învaţă el, eliberaţi-vă de stresuri şi corectaţi-vă greşelile.

Sacrificiul, indiferent de sex, este întotdeauna negativism. Cine nu înţelege acest lucru suferă mai întâi el însuşi, apoi îi face şi pe alţii să sufere. Şi cel care, la început, a dorit să-l supună pe cel ascultător, să-l subordoneze pe cel smerit, îl va supune şi se va bucura de succesele sale. Şi, vai, cât de dureros va fi pedepsit. El însă va crede că este o nedreptate oarecare a vieţii.

Spiritul nimănui, nici chiar al celui mai agresiv om, nu are nevoie ca cineva să se umilească în faţa lui, deoarece, prin comportamentul său, cel care se umileşte, automat îl umileşte şi el pe celălalt. Cel care-i umileşte pe alţii nu se înţelege pe el însuşi, aşa cum nu se înţelege nici cel care se autoumileşte, şi uite aşa oamenii se miră cum de un om atât de bun a putut să sufere din cauza altcuiva. Ca să mă exprim mai clar – un sclav slugarnic a călcat în picioare demnitatea stăpânului şi a fost pedepsit pentru aceasta.

Când femeia va înțelege că bărbații se află la alt nivel, la care ar vrea să ajungă și ea, abia atunci, eliberându-se de spaime, va începe să se cufunde în adevăratul univers al sentimentelor. Valoarea câștigului constă în faptul că ea, cu propria ei mână, a înlăturat opreliștile. Bărbatul care are idei preconcepute în legătură cu sexul feminin va dori, de regulă, să facă în așa fel încât femeia să-i semene. Este ca și cum un scufundător, ieșind din adâncuri, ar înhăța-o pe femeia care înoată la suprafață, ar trage-o după el la fund și pe urmă s-ar mira de ce ea este așa de neemoțională, de nefeminină și de rece încât nu poate fi iubită. Bărbatul care face uz de forță o distruge fizic pe femeie.

Nimicirea spirituală – aceasta este soarta femeilor umilite, chiar dacă ele, în virtutea obiceiurilor și obișnuințelor, nu se consideră umilite. Când sunt alături de bărbații lor, foarte multe arată ca niște păpuși frumoase care se străduiesc să le fie pe plac, indiferent de dispoziție și de gust. Femeia modernă, în pas cu moda, aduce cu un bărbat, este îngrijită și teatrală. Moda distruge omul din ea. Cui îi este pe plac o asemenea femeie, nu va mai putea de fericire. În orice caz, la început...

Un bărbat efeminat și o femeie masculinizată sunt la fel de nefericiți, amândurora le va fi foarte greu să se pună în valoare.

Noi înșine ne alegem tovarășul de viață, ca și părinții. Spiritul alege în funcție de ce vrea să învețe. Când suntem îndrăgostiți, ne sunt dragi până și greșelile iubitului. Trebuie să treacă mult timp până ne cunoaștem. În timpul acesta, spiritul ne arată care este înțelepciunea vieții. Ea constă în faptul că venim pe lume să iubim în celălalt acel rău pe care dacă îl îndreptăm, ne înălțăm spiritual. Spiritul ne mai dă și posibilitatea să ne schimbăm opțiunea, dacă

rațiunea ne spune că avem nevoie de o altă lecție. Spiritul nostru nu greșește. Oamenii greșesc atunci când schimbă iubirea cu avantajele materiale.

Chiar de la începutul căsătoriei, în viața de toate zilele, începe să ne conducă rațiunea noastră blocată de spaime materiale și unele greșeli simpatice ale tovarășului de viață, care ar trebui să ne facă mai înțelepți, se transformă deodată în teribile obstacole și începe lupta în care niciunul nu-și mai alege mijloacele.

Viața este mișcare. Cine își îndreaptă greșelile merge mai departe. Numai acela, **care știe să își cheltuie forțele în funcție de gradul de dificultate al întâmplărilor vieții, dă dovadă că a învățat să distingă ce este valoros și va fi capabil să aprecieze și ce au făcut ceilalți.** El va deveni ziditor și nu distrugător.

Dacă un copil va fi lăsat să facă o treabă, indiferent care, fără ca părinții să se teamă că el va strica ceva, copilul va învăța rapid din micile greutăți prin care trece. În felul acesta va putea să-și dea seama mult mai bine care este granița dintre bine și rău.

Acel părinte care îmi va riposta că, chipurile, un copil nu trebuie lăsat să facă un lucru, deoarece categoric va strica ceva, a pățit și el absolut la fel. Cu diferența că la copil trăsătura de caracter a părintelui este mai accentuată. Aduceți-vă aminte de părinții dumneavoastră și de greșelile pe care le-au făcut și îndreptați-vă rapid propriile greșeli.

Sunt unele mame care consideră normal să-și lase copilul de *2 anișori* să așeze masa și să spele vasele. Cumpără veselă mai ieftină, ca să nu le pară rău dacă se va sparge ceva. Dacă mama nu se teme, copilul nu va sparge nimic și în viitor se va descurca cu toate, va fi îndemânatic pentru că părinții au încredere în el.

Altele tremură de spaimă numai la gândul că ar putea să-şi lase odrasla de zece ani să pună tacâmurile pe masă. De unde să capete acest copil deprinderile necesare? Din păcate, astfel de mame se consideră a fi foarte bune şi îşi arogă dreptul de a le critica pe cele care îşi lasă copiii să facă treabă.

Există şi părinţi care îşi educă copiii prin ameninţări: *„Dacă eşti rău, o să mă supăr!"*. Curând copilul îşi va încrunta sprâncenele şi, fără să se jeneze, va declara că el este un copil rău. Şi într-adevăr, aşa şi este. Nu se poate ca un copil să fie mai important sau mai puţin important decât ceilalţi. Copilul trebuie să simtă că are demnitate. Şi un om cu demnitate ştie care sunt regulile şi obiceiurile vieţii pentru că a fost învăţat de mic copil să fie demn. Există copii care sunt capabili să facă un iad din viaţa colectivităţii în care trăiesc şi nimeni nu îndrăzneşte să crâcnească, să nu cumva să-i stârnească. Există şi copii, care de la un an - doi îşi găsesc locul şi fără să ceară o atenţie deosebită din partea celorlalţi, se simt foarte confortabil în colectivitate. Îşi găsesc un tovarăş de joacă sau un conlocutor din rândul celor maturi. Merită să te înclini în faţa părinţilor unor astfel de copii. Dintr-un astfel de copil va ieşi un om echilibrat.

Dacă un copil este împiedicat să cunoască viaţa, răul se intensifică într-atât, încât atrage după sine o lecţie foarte dureroasă.

Dacă părinţii nu-l lasă pe copil să facă ceva sau îl ceartă pentru ce a făcut, binele se va transforma în rău. Dacă familia lui va cultiva cearta, dezgustul, dispreţul, critica vehementă, calculul avantajelor băneşti, sublinierea valorii propriei persoane şi aşa mai departe, toate acestea îl

vor apăsa pe copil şi, dacă el este un tip de luptător, va fi un revoltat. În schimb, cei care se supun vor pieri.

Deseori, copiii care au părinţi celebri, opun rezistenţă pentru că, subconştient, ei se tem că *nu vor putea să-şi depăşească părinţii, nu au destulă forţă să-i întreacă.* Şi asta pentru că fiecare spirit vine pe lume ca, întrupat fiind într-o generaţie nouă, să meargă înainte. În mod conştient ei se forţează, dar subconştientul prevalează şi dacă, în plus, părinţii, în numele viitorului lor, îi vor obliga ca în acelaşi timp să se ocupe de sport, muzică şi pictură şi vor aştepta de la ei să obţină rezultate maxime în aceste domenii, copilul va claca. Fie prin extenuarea forţei sufleteşti, fie printr-o boală fizică, oricum, într-un fel sau altul, binele excesiv se va transforma în rău.

Când copiii se revoltă, mamele îmi cer ajutor. Copilul uneia şi-a pierdut auzul, al alteia – vederea, al alteia s-a tâmpit, al alteia a fugit de acasă. Stau şi ascult avalanşa de cuvinte fără cap şi coadă. Fiecare dintre ele este convinsă că are dreptate, că intenţia ei a fost bună. Spaima copilului în faţa unei astfel de mame îl epuizează fizic. Organele lui nu mai pot funcţiona. Cel care nu vrea să orbească, să surzească sau să-şi piardă minţile fuge de acasă. În lumea de azi, copiii se nasc de la bun început deja orbi, surzi şi muţi. Cei care au părinţi extrem de autoritari, se nasc extrem de docili. Nu au nici un motiv să fugă de scumpii lor părinţi. Greaua lor datorie karmică din vieţile anterioare le cere acum să ispăşească.

Revolta înseamnă răutate. La început apare ca o reacţie de apărare, mai târziu devine agresivitate. Sunt mai revoltaţi în special acei băieţi ale căror mame şi-au minimalizat soţii. O astfel de mamă nu înţelege că şi fiul ei este bărbat şi nu-şi dă seama că, educându-l în felul ăsta pe

acest copil dificil, cândva va fi nevoită să plătească pentru aceste umilințe. Copiii unui soț umilit au spiritul și rațiunea închise.

Uitați-vă la dinții copiilor. Copiii al căror tată are un complex de inferioritate, au dinții strâmbi. Dinții de sus exprimă complexul de inferioritate al tatălui, legat de partea superioară a corpului său, de viitor și de inteligența lui. Dinții de jos – complexul de inferioritate legat de partea inferioară a corpului său, de potență, de trecut și de starea materială a familiei. Dacă, din cauza suferințelor, tatăl a fost nevoit să strângă din dinți, la copil se observă o călcătură deviată a danturii. Dinții caracterizează partea cea mai puternică a tatălui. Răutatea mamei supărată pe masculinitatea tatălui distruge dinții copilului. Dacă și copilul va susține punctul de vedere al mamei și se va înfuria pe tatăl său, va rămâne destul de repede fără dinți. Copiii de genul acesta nu știu să înțeleagă sexul masculin, văd în bărbat rădăcina răului. Ei îi provoacă pe bărbați la violență. Reacția în lanț va continua din generație în generație până când se va umple paharul suferințelor și copilul va deschide ochii. Acesta va deveni mai înțelept.

Fetița al cărei tată este grosolan cu mama ei, îi va urî pe bărbați, deoarece îi judecă după aparențe. În viața ei viitoare ea îi va lăsa fără iubire atât pe tată cât și pe soț. Bărbatul nu poate însă trăi fără iubire. Subconștient, nici femeia nu poate trăi fără bărbat. În felul acesta apare iubirea – ură care provoacă atâta durere.

Mulți părinți se miră de caracterul copiilor lor. Eu nu pot decât să le spun din nou următoarele:

Dragi părinți! Copilul este suma dintre tată și mamă. Priviți-vă copilul și vă veți recunoaște în el, dacă n-ați făcut-o până acum. El a apărut pe lume să ispășească răul

dumneavoastră, dar dumneavoastră vă negați acest rău și doriți să-l feriți pe copil de acel rău prin forță. Dacă vreți să vă ajutați copilul, recunoașteți-vă greșelile și nu le mai repetați. După muncă și răsplată. Și țineți minte – avem prea puțin timp ca să-l irosim fără să gândim, dar avem destul ca să ne învățăm lecțiile de viață.

Copilul a venit pe lume să învețe ce este viața, el o face prin dumneavoastră, dar dumneavoastră nu ați învățat nici măcar să vă înțelegeți reciproc. Din contră, v-ați încăpățânat să-l asupriți pe celălalt și dovada relațiilor proaste dintre voi este copilul. Ați putea să dați vina pe alții, dar în felul acesta faceți lucrurile și mai confuze. Și dacă al doilea copil al dumneavoastră sau al treilea este mai bun, atunci ori el face parte din categoria oamenilor supuși, ori își ascunde propriul rău în adâncul sufletului și cândva, mai târziu și mult mai bolnav, vă va dovedi același lucru.

Momentul când este conceput copilul constituie, în esență, energia primară pentru viața lui fizică. Orice copil se naște la timpul lui. Aduceți-vă aminte cum s-a petrecut conceperea lui: în momentul acela vă iubeați sau, din contră, vă urați? Poate, v-ați făcut datoria? Sau, poate, v-ați descărcat...

Am urmărit de multe ori cum un copil, văzând relațiile proaste dintre părinți, își pune la dispoziția lor toată energia pe care o are. Ei nu înțeleg acest lucru, nu încearcă să se schimbe, ci pur și simplu se bucură de acel bine al cărui preț nu știu să-l aprecieze. Nu trag nici o concluzie, pentru că nu știu să o facă. Legile vieții sunt însă crunte – dacă ei nu știu, trebuie să învețe și atunci li se va naște un copil bolnav. Cu firicelul lui de iubire copilul nu poate hrăni trei persoane. Chiar din pântecele mamei, spiritul copilului și-a însușit un adevăr de viață și anume că a te sacrifica nu

este bine, că înainte de a-i putea ajuta pe alții trebuie mai întâi să devii tu însuți puternic. A mai învățat și că este o greșeală să faci totul pentru alții, pentru asta va trebui să dai socoteală. Părinții care au un copil invalid trebuie să aibă grijă, rațional, și de propria lor fericire.

Toate greșelile trebuie conștientizate. Numai așa, prin iertare, rănile pot fi lecuite. Dacă părinții își neagă greșelile, acest lucru echivalează cu a face un rău. Cel care schimbă binele pe rău, indiferent de motiv sau de scop, sau, mai simplu spus, cine face rău, se mișcă îndărăt. Și se va mișca astfel până va primi o lecție foarte dureroasă din care va putea trage o concluzie. Dacă n-o va face în viața asta, o va face în următoarea, dar prin suferințe mult mai mari. Și în felul acesta, ispășind răul, va învăța înțelepciunea vieții.

A răsfăța copilul este un lucru periculos

Deosebit de rău stau lucrurile cu acei copii care primesc totul pe tavă, pentru care bunii lor părinți fac totul, fără să aibă habar și de părțile negative ale vieții. Fără să bănuiască ceva rău, ei merg înainte ca orbiți de soare și nu bagă de seamă că pot să cadă în prăpastie. În felul acesta li se dă o lecție de viață în sensul că un bine excesiv este rău.

Un copil ridicat în slava cerului, al cărui spirit pur, așa cum au copiii, este luat drept o genialitate nemaipomenită

doar pentru că el este mijlocul prin care părinții își împlinesc visurile, încetul cu încetul își va pierde dorința de a se dezvolta. Ce nevoie are, el e cel mai bun dintre toți! Un copil volitiv pe care părinții îl pun totdeauna în centrul atenției, ar putea la un moment dat să se smulgă brusc din lanțurile imitației de iubire a părinților lui, provocând suferință ambelor părți. Ar fi trebuit să se elibereze din tot ce-l poate distruge. Situația devine complicată atunci când el se lasă orbit de strălucirea laudelor venite din partea părinților.

O astfel de nefericire poate cădea pe capul copiilor făcuți la bătrânețe sau la cei ai căror părinți s-au supus la rândul lor unor părinți extrem de ambițioși. Chiar dacă copilul își alege singur părinții, datoria acestora este să-și ajute în mod corect copilul să stea pe propriile picioare. În caz contrar, copilul va fi un neajutorat, va fi disprețuit de cei de vârsta lui, o ființă neadaptată la viață, care la primul obstacol se va prăbuși și din visele lui și ale părinților se va alege praful.

Copiii trebuie să se maturizeze, să nu rămână veșnic copii. Și să nu uităm că noi toți învățăm lecția acestei epoci în care există lipsă de educație, sete de câștig, mârșăvie, necinste, luptă pentru putere, violență și multe altele.

Celui care se ferește de viață, viața este nevoită să i se arate în toată negativitatea ei.

Copilul trebuie să cunoască răul, ca să fie sigur pe el în fața acestui rău.

Mulți părinți se conduc după principiul: *vreau ca puiul meu să nu sufere cât am suferit eu.* Această dorință bună se transformă pe neobservate în cocoloșire și părinții încep

să trăiască în locul copilului – pregătesc lecţiile pentru el, îl ajută să se îmbrace, să mănânce, să se spele, strâng după el etc. Grija exagerată a acestor părinţi poate să capete forme atât de ciudate, încât viaţa copilului nu mai are sens. Şi atunci părinţii se duc la doctor şi se plâng de copilul lor că este atât de neajutorat şi incapabil să ia vreo hotărâre de capul lui, încât niciodată nu va ieşi om din el.

Alintatul excesiv este cel care-l face un naiv şi un neajutorat. Educându-şi copilul cu credinţa în bine şi negând răul, părinţii îl condamnă la distrugere. Copilului trebuie să i se explice care este esenţa vieţii, care este situaţia în acel moment, să-l înveţe să se adapteze în viaţă. Trebuie să fie învăţat să înţeleagă sensul răului, subliniindu-i că răul este şi va fi, întrucât fără rău nu există bine, dar că răul aşteaptă tot timpul ca el să fie îndreptat. Copilul are nevoie de oprelişti şi de obstacole, el trebuie să-şi încerce forţele şi să se evalueze la justa lui valoare. În caz contrar, prima oprelişte apărută în cale va fi cea mai gravă şi de neînvins. Dar dacă ştie că alţii au grijă de el, şi o fac ca la carte, el nu se va învrednici să ridice nici măcar un deget. Şi nici nu va băga de seamă că altora le e greu, pentru că aşa a fost învăţat acasă – alţii să facă totul pentru el. Şi dacă cineva îi cere ajutorul, pretextează că e bolnav.

Un om fără voinţă nu are timp nici să gândească. Hălăduieşte prin lume cât este pe picioare şi trăieşte din mila altora. În cel mai bun caz îi va învinovăţi pe alţii pentru necazurile lui şi prin asta îşi va distruge şi *mai mult* corpul. După acest mic *bine* urmează răul – lâncezeală totală, slăbiciune, distrugere.

Când am văzut prima oară o astfel de situaţie – nu mi-am crezut ochilor. Era un bărbat înalt, fost sportiv, iar acum – un neajutorat înrăit. Sportul fusese pentru el o posibilitate de a obţine glorie şi onoruri. Este modul cel mai răspândit de a câştiga iubirea, dar dacă omul face sport cu frică, nu va ajunge departe şi într-o zi va fi învins de frica *nu mă mai iubeşte lumea.* Şi va simţi că totul este pierdut. Depresia îl va distruge. Uluitoarea lui voinţă nu fusese decât un mijloc de a învinge frica, dar nu-şi dăduse seama de acest lucru.

Când un sportiv îşi antrenează corpul cu iubire şi produce publicului bucurie, cariera lui este lungă şi cu realizări. Dar dacă înainte de a lua startul devine nervos, adică îi este frică, energia lui se va bloca şi rezultatul va fi pe măsură. Şi dacă, în plus, se va mai şi supăra pe el însuşi sau va începe să-i învinovăţească pe alţii, garantat se va alege cu o accidentare sau cu o boală.

Sportul este o luptă pentru victorie în care fiecare vrea să fie mai bun decât ceilalţi. Este puternic şi în continuă evoluţie acel sportiv care se antrenează pentru el însuşi, luptă cu el însuşi, îşi compară nivelul lui de azi cu propriul nivel de ieri şi îşi admiră posibilităţile propriului corp. Făcând acest lucru pe baza unor principii corecte, va atinge nivelul maxim în cariera sa de sportiv.

Dar, sportivul care doreşte răul adversarului său, de exemplu să se accidenteze, numai pentru ca să câştige el, va păţi ce a dorit el altuia. Se accidentează cel care are în suflet răutate. N-o să afirm acum că toate accidentările sportivilor se produc din cauza ostilităţii faţă de adversar. Accidentările sau insuccesele de tot felul sunt caracterizate de tipul de răutate. Toate acuzaţiile răutăcioase la adresa antrenorului, posibilităţilor, condiţiilor, banilor primiţi... Să-i lăsăm pe sportivi să mediteze.

Aşa e făcut omul, să se supere, fie şi în gând, pe omul cel mai drag şi mai lipsit de apărare, chiar şi pe copilaşul

de la sân, dacă nu-l lasă să obţină ceva ce lui îi trebuie, măcar un minut de odihnă. Şi nici nu-i trece prin minte că în clipa următoare gândul lui ar putea fi cauza unei nenorociri. Urmează suferinţe comune şi căutarea vinovatului.

Boala tipică pentru această stare de nulitate este scleroza disipată - *sclerrosis multiplex.*

Pe scurt, aceasta este boala omului deznădăjduit. Ea apare ca răspuns la o tristeţe profundă, ascunsă, şi la senzaţia de inutilitate. Suprasolicitarea fizică de ani de zile, legată de obţinerea a ceva foarte preţios, distruge sensul vieţii. Se îmbolnăvesc persoanele dependente de muncă, cele care nu se cruţă nici pe ele nici pe ceilalţi, ci doar devin mai rele dacă planurile lor nu se realizează. Se îmbolnăvesc acei sportivi cărora, cu toate că sunt supraantrenaţi şi dedicaţi în întregime sportului, succesul totuşi le scapă printre degete. Această boală gravă care nu poate fi tratată de medicină apare din cauza răutăţii şi a amărăciunii provocate de înfrângeri, atunci când omul nu a obţinut ce şi-a dorit. Oricât de mult ar dori să se ajute singur, să-şi schimbe modul de gândire, nu se va mai putea face bine. Cu cât va continua să se prefacă, să râdă în faţa unor situaţii de viaţă şi prin aceasta să îşi ascundă răutatea faţă de nedreptăţile vieţii, cu atât muşchii lui se vor distruge şi mai mult şi situaţia va deveni disperată. Cei care vor să întreprindă totuşi ceva ar fi posibil să reuşească.

Oamenii cei mai puternici din punct de vedere fizic sunt cei mai slabi sufleteşte. Dezvoltarea forţei fizice se face, de regulă, prin cultivarea încă din copilărie a sentimentului de responsabilitate = simţul datoriei = sentimentul de vinovăţie. Apelând la conştiinţa copilului, acesta va începe să se străduiască din toate puterile.

Autoconstrângerea devine un obicei, întrucât scopul nu este atins. A fi într-o permanentă stare de suprasolicitare de dragul gloriei, atenţiei, bogăţiei şi multor altor posibile scopuri înseamnă, de fapt, să câştigi iubirea. La fiecare eşec creşte pe furiş frica *nu sunt iubit* şi la un moment dat apare senzaţia de inutilitate.

Sentimentul responsabilităţii crescut peste măsură distruge sensul vieţii – iubirea – şi organul ei central – inima. Scade cantitatea de sânge ce alimentează ţesuturile, inclusiv muşchiul inimii. Odată cu scăderea capacităţii de funcţionare a inimii, ţesutul suprasolicitat – muşchiul inimii – începe să se subţieze. Iar omul, fost cândva stăpânul de neînfrânt al vieţii, devine neajutorat şi neputincios, deoarece scopul pentru care s-a solicitat atât de mult nu a fost altul decât obţinerea unor mari rezultate. Acesta este finalul logic atunci când omul dă numai pentru a primi.

Vreau să vă reamintesc: energia sexuală este pasiune. Pasiunea întăreşte muşchii. Centrul energiei sexuale se află în osul sacru. Osul sacru se află în sfera de influenţă a problemelor economice. În economie intră orice domeniu al activităţii materiale, inclusiv sportul. Răutatea distruge ţesutul muscular şi funcţiile lui. Prin urmare, cauza acestei boli este acumularea acestor stresuri îngrămădite în tine şi ţinute acolo. Subliniez: mai ales când ele sunt ascunse foarte profund şi este negată existenţa lor.

Când boala este într-un stadiu incipient, oamenii de genul acesta nu cred că nu pot fi vindecaţi. Zâmbetul bun şi uimit de pe figura lor pare să spună: *„nu mi se poate întâmpla aşa ceva, eu sunt un om bun."* Ei nu înţeleg binele şi răul, contrastele le sunt necunoscute. Nu au dorinţa de a înţelege viaţa.

Această boală îi afectează pe cei tineri. Cei mai disperați sunt bărbații, fiindcă odată cu apariția impotenței ei nu mai găsesc sensul vieții. De regulă, înainte de a se îmbolnăvi ei au fost niște hipersexuali. Lipsa totală a voinței de a lupta, indiferența față de ceilalți, pierderea interesului față de viață îi îngrozesc pe cei plini de viață. Şi chiar dacă mai au un interes pentru viață acesta este unul nesănătos. După modul lor de înțelegere, ei nu cred că se întâmplă ceva cu ei şi nu sunt interesați să afle.

Cel mai adesea, sunt mai interesați de însănătoşirea lor cei mai apropiați, deoarece şi forțele lor sunt pe terminate. Răbdarea celor care îi ajută ajunge la capăt, mai ales dacă aceştia sunt niște luptători. Ei nu pot să înțeleagă cum un om nu-şi face timp măcar să gândească, fără să mai vorbim de a acționa în propriile interese. Nu-şi face timp pentru că nu are acel mijloc miraculos care să-i dea ghes – suferința. Suferința este mijlocul miraculos care îți trezeşte rațiunea.

Orice medalie are două fețe. Este bine când oamenii sunt gata să sară în ajutor, dar atunci când ei exagerează cu grija şi cu mila, cel căruia i se dă ajutor devine leneş. Cel care sare în ajutor trebuie să ştie că dacă prin bunătatea lui sare peste cal, face un rău. De exemplu, se poate îmbolnăvi chiar el. Dar şi ghinionul are o parte bună. Dacă cel care sare în ajutor nu este prin preajmă, bolnavul, brusc speriat, poate să înceapă să-şi conştientizeze în mod corect viitorul. După ce a început să-şi evalueze viața la modul inteligent, el s-ar putea vindeca. Am auzit cu toții de vindecări miraculoase.

Dar, dacă bolnavul cocoloşit are o cale de rezervă pentru a ieşi din situație – o asistentă medicală, pierderea celei de dinainte nu-l va îngrijora în mod deosebit. Pe oamenii

aceştia îi caracterizează lipsa de emoționalitate, care e în creştere. Cel mai mult persistă răutatea – să auzi pe alții că nu le pasă de bietul om care suferă, să-i ameninți cu moartea ta, să-i ameninți că vor plăti pe lumea cealaltă (curios că spun acest lucru cei care nu cred în viața de dincolo), să pretinzi să ți se îndeplinească o dorință nerealistă etc. Pe scurt, aceşti bolnavi devin despoți. Iar cei ai casei, din cauza sentimentului de vinovăție şi a spaimelor devin neurastenici, rațiunea lor nemaifiind în stare să primească un sfat înțelept.

Distrugerea în modul acesta a țesutului muscular are loc mai ales la copiii unei mame foarte războinice. Răutatea ei, dorința de a-i întrece pe alții, copleşeşte familia şi distruge muşchii copilului dar în acelaşi timp ea îi găseşte vinovați pe ginere sau pe noră. În loc să-şi unească forțele să-l salveze pe bolnav, lângă patul lui de suferință încep scandalurile.

Dacă cel care sare în ajutor ar îndrăzni să-i provoace bolnavului o spaimă foarte puternică şi o răutate, rezultatul ar putea fi o însănătoşire rapidă, dar şi moartea. Nu este exclus. Dacă cel care sare în ajutor, prin iertare, îşi descătuşează spaima că bolnavul ar putea muri din cauza vorbelor lui, bolnavul nu va muri, chiar în cazul unei traume fizice foarte puternice şi, este posibil, ca el chiar să se însănătoşească.

Adevărata esență a unor astfel de oameni care provoacă o astfel de boală – răutatea – va ieşi afară, dacă li se va cere imperativ să depună şi ei eforturi. Suprasolicitarea sufletească şi fizică, acasă, la şcoală, la serviciu, față de care omul nu îndrăzneşte să se revolte şi, în tăcere, strânge în el răutate, i-ar da acum posibilitatea să nu mai fie tensionat din moment ce s-a îmbolnăvit. Are în el o spaimă incon-

ştientă că s-ar putea însănătoşi şi că ar putea să îşi descarce durerea sufletească. A încercat să demonstreze că merită, dar nimeni nu a ţinut cont de suferinţele lui.

Un tânăr care suferea de atrofiere musculară mi-a scris că abia acum a înţeles cât de arogant a fost faţă de ceilalţi. Se considera mai bun decât toţi şi era pregătit să susţină cu orice preţ acest lucru. Dispreţuia oamenii, era însetat de glorie şi de putere. Boala a venit să îl ajute să nu transforme aroganţa în violenţă. Îi era recunoscător bolii şi a păşit pe calea însănătoşirii. Destul de des boala apare la om ca să-l împiedice să facă o greşeală şi mai mare.

Toate bolile încep în familie. Iubirea copilului pentru părinţii lui este atât de mare încât nu le poate face nici un reproş. Şi chiar dacă le face, o face după principiul: una gândesc, alta spun. Aceeaşi linie de comportament le este caracteristică şi părinţilor unui astfel de bolnav. În zilele noastre, copiii învaţă să fie politicoşi în acest mod. O astfel de negaţie este caracteristică mai ales pentru tinerii bărbaţi ale căror mame au trăit de dragul copilului şi au făcut totul de dragul viitorului lui, ascunzându-şi în acelaşi timp îngrijorările, disperarea, răutatea, etc. Dacă mama nu înţelege legile naturii nu-şi va înţelege nici copilul. Va fi nevoită să înveţe prin suferinţe.

Toţi am fost învăţaţi să zâmbim atunci când suntem într-o postură negativă, ca să nu părem nepoliticoşi. Obişnuinţa de a înşela cu un zâmbet politicos pe buze este ceva necesar, fără de care până nu demult nu ne puteam descurca în viaţă. Era o justificare. Acum însă facem acelaşi lucru, într-o măsură mult mai mare, pentru a face o impresie bună. Şi acum nu mai putem să punem acest lucru pe seama orânduirii de stat. Ea chiar nu este vinovată. Puterea

banului şi strălucirea gloriei – iată ce le suceşte mintea oamenilor.

Cu cât omul este mai franc, cu atât îi este mai greu ca în acelaşi timp să şi înşele să şi rămână cinstit. El simte tot mai mult nevoia să se lase păgubaş şi să se predea... Generaţia mai tânără moşteneşte stresurile părinţilor şi îi sare în ajutor scleroza multiplă. Acum părinţii au posibilitatea să vadă rezultatul modului lor incorect de gândire şi să-şi ispăşească greşelile proprii prin îngrijirea cu răbdare a bolnavului. Doar un om cu un mod de gândire corect este cu adevărat puternic. Viaţa ne învaţă că cei puternici au viitorul de partea lor, în timp ce cei resemnaţi trebuie să înveţe prin suferinţe să devină puternici. Acest lucru trebuie făcut imediat, dar dacă nu ne găsim timp să învăţăm, în viaţa viitoare vom avea parte de încercări şi mai aspre.

Alintarea copiilor, specifică pentru cei a căror mamă se teme ca nu cumva copilul să păţească ceva - ea având un puternic sentiment de vinovăţie faţă de al doilea copil care este bolnav – poate să dureze şi să fie tăinuită până apare prima încercare. De exemplu, profesorul îi face copilului observaţie că nu se comportă cum trebuie. La cea mai mică observaţie, în copilul alintat poate izbucni setea de răzbunare şi el va începe să terorizeze şcoala, familia, şi mai târziu societatea. La fetiţe, setea de răzbunare se exprimă prin dorinţa de a-i umili pe ceilalţi. Băieţii îşi arată pumnii. Răutatea băieţilor se potoleşte când celuilalt începe să-i curgă sânge din nas. Răutatea fetelor nu se potoleşte aşa uşor, întrucât nevoia lor de a-i umili pe alţii este în creştere.

Cu cât copilul este mai inteligent, adică cu cât are note mai mari, cu atât se consideră mai bun decât ceilalţi. Pe

măsură ce trec anii, cu cât obţine mai multe privilegii, cu atât îi va fi mai greu să se elibereze de agresivitate.

A da ajutor este obligaţia în primul rând a mamei, deşi viaţa arată că mult mai multă grijă o au profesorii. Dragi profesori! Alungaţi toate gândurile negre referitoare la copiii de felul acesta şi la mamele lor şi atunci eforturile dumneavoastră vor fi încununate de succes. Şi să ştiţi că întotdeauna copilul reproduce mai accentuat caracterul mamei lui, dar, în acelaşi timp, copilul este şi pentru dumneavoastră un învăţător. Prin el veţi învăţa să înţelegeţi oamenii de acest tip şi cum să vă comportaţi cu ei. Dacă veţi şti să îi iubiţi pentru greşelile lor, veţi învăţa această lecţie.

Copilul care vrea să aibă o viaţă foarte bună, devine pretenţios. Dacă ceva nu merge, se supără, deoarece pentru el acest lucru înseamnă că ceilalţi nu au grijă de el, că nu-l iubesc etc. El va lua exemplu de la colegii lui cu o situaţie materială mai bună şi va deveni indiferent faţă de valorile sufleteşti. *De ce lor li se permite orice, de ce nu mi se dă şi mie, eu nu sunt ca ei?* Un copil genial, prea lăudat de părinţi, devine un tocilar şi îşi va pierde capacitatea de a gândi logic, întrucât obţinând note mari, va fi iubit şi va căpăta bunuri materiale. În viaţă însă baza succesului este gândirea logică, doar câteva vorbe înţelepte din cărţi nu folosesc la nimic, ele trebuie puse în practică.

Mintea unui copil excesiv de pretenţios începe treptat să se tocească. Dezamăgirile, insuccesele îl fac să devină egoist. Ca urmare, fetele se aruncă în valurile vieţii, visând să facă rost de un bărbat bogat, deştept, frumos, cu poziţie socială, un soţ de succes. Băieţii îşi caută o soţie la fel şi, dacă nu reuşesc, încep să-şi aline durerea sufletească cu ţigări, alcool, droguri şi alte vitejii bărbăteşti, ajungând

până la crimă. Sau se vor justifica spunând că sunt bolnavi şi că trebuie să ia calmante şi alte substanţe psihoterapeutice. Aceasta este tot narcomanie. Este foarte obişnuită combinaţia: mamă alcoolică – copil care ia tranchilizante şi invers. În orice situaţie neurastenicul este cel care îl arată cu degetul pe alcoolic. Într-un fel sau altul, ambii îşi pierd minţile din cauza răutăţii şi fricii că *nu e totul cum aş fi vrut eu.*

Dar şi părinţii aşa zişi onorabili care, dintr-o grijă exagerată se străduiesc să nu-l facă pe copil să sufere, ar putea să descopere într-o bună zi că au crescut un copil ezitant, capricios şi pretenţios. Ei nu i-au inoculat sentimentele de sinceritate, cinste, ştiinţa de a ţine cont şi de părerea celorlalţi. Este adevărat că au băgat de seamă cât de mincinos, şmecher, interesat, ascuns este copilul lor, au sperat însă că toate aceste devieri sunt trecătoare. Părinţii de genul acesta se tem până şi să deschidă gura şi să-şi admonesteze copilul, deoarece, conştient sau nu, le e frică să nu li se spună în faţă care le sunt defectele. Căci omul modern vrea ca totul să arate foarte bine. Testarea propriilor forţe şi eroismul sunt considerate un anacronism, nu mai sunt la modă. A-ţi arăta propriile defecte poate fi păgubitor, de aceea e mai bine să trăim ca orbii.

La cei care năzuiesc spre foarte bine, spaima că *nu sunt iubit*, că *nimeni nu are nevoie de iubirea mea* este mai puternică decât la cei care se mulţumesc cu puţin. În numele unui scop frumos, frumosul om încarcerează natura, încarcerează animalele şi se încarcerează şi pe el însuşi şi continuă să creadă că răufăcători sunt doar ceilalţi. Văzând eşecurile copiilor lor, părinţii se îmbolnăvesc, dar că ei sunt cauza acestor eşecuri, nici nu le trece prin minte. Că doar ei şi-au crescut copiii cu mare dragoste! Copilul scoa-

te la lumină greşelile tăinuite ale părinţilor lui. Noi toţi credem doar ceea ce vedem. Cel care a învăţat să-şi ascundă negativitatea ascunsă nu va încerca să pară bun.

Despre binele din oameni

Cât de buni vrem să fim noi toţi şi de ce nu înţelegem că şi aşa suntem destul de buni? Sunt buni chiar şi cei care au senzaţia că nimeni nu are nevoie de ei şi care într-un acces de răutate se grăbesc să spună: *„Eu chiar vreau să fiu rău! Eu chiar vreau să fac rău!"*

Copiilor agresivi eu le spun următoarele: *„E minunat că cel puţin ai în tine această furie. Pentru asta ne-am şi născut, să transformăm răul în bine şi faptul că tu strigi de-a dreptul aceste lucruri arată că eşti cinstit. Nu are importanţă că n-ai ştiut acest lucru, important e că vrei ca în felul acesta să-ţi exprimi revolta."*.

Ca să transformi răul în bine e nevoie doar de un pic de cunoştinţe şi, gata, greşelile au fost îndreptate. Dar ce te faci când acest bine este înşelător...

Dorinţa de a fi bun, pe care o întâlnim la oamenii buni, îi face să fie orbi. Am deseori ocazia să fiu uimită de faptul că oamenii se grăbesc să spună despre ei că sunt buni chiar înainte de a începe să discut cu ei pe această temă. Spaima că *voi fi considerat rău* face parte din categoria stresurilor care te fac să intri în panică şi ea impune ca binele să fie scos în relief. Concepţia tradiţională despre bine

şi rău îl face să sufere pe cel care îi împarte pe ceilalţi în buni şi răi în funcţie de dispoziţia lui de moment. Mulţi dintre cei care au citit cartea mea „Cum să te biruieşti pe tine însuţi..." nu sunt în stare nici măcar acum să înţeleagă legea unităţii contrariilor. La începutul cărţii eu subliniam că cine nu a înţeles, să mai citească încă o dată. Dar, oare, omul *bun* are timp să recitească o carte când el trebuie să dea zor să facă un bine?

Eu subliniez în permanenţă că nu există vină, există greşeli din care învăţăm şi pentru asta am venit pe lume. Dar, vorbesc la pereţi. De aceea sunt nevoită să repet aceleaşi lucruri.

Cel mai complicat lucru este să-i vorbeşti despre filosofia vieţii unui om care dă sentinţe categorice şi definitive de genul acesta: *„Eu sunt un om bun. N-am făcut niciodată ceva rău şi n-am spus vreun cuvânt de rău. Totdeauna am răbdat, deşi mi s-au făcut destule necazuri*".

Eu sunt bun şi cu asta basta!!!

Haideţi să mai repetăm încă o dată. Repetiţia este mama învăţăturii.

Nu există bine, nu există rău.

Pur şi simplu, totul **curge** cu binele şi cu răul său.

Orice lucru are două laturi – una bună şi alta rea. Doar aşa există orice întreg, altă posibilitate nu există. Cine nu se împacă cu acest lucru, este orb din punct de vedere al vieţii şi va trebui să înveţe prin suferinţe.

Omul este şi el un asemenea întreg.

În orice om există 49% rău şi 51% bine.
În toţi şi fără excepţie, altfel nu am fi oameni.

La omul bolnav – a cărui viaţă este categoric înrăutăţită, procentul de rău este cu câteva zecimi mai mare, deci procentul de bine este mai mic cu aceleaşi zecimi. Dacă răul creşte până la 50%, survine moartea şi prin aceasta răul devine bine. Pentru spirit, moartea corpului înseamnă eliberare.

Această discuţie poate părea pentru cei care se tem de moarte o zeflemea la adresa sfinţeniei vieţii. Vă rog să mă iertaţi şi vă rog să vă străduiţi să înţelegeţi mai bine esenţa vieţii. Cel care şi-a învăţat **toate** lecţiile acestei vieţi, vrea să plece, adică să moară. Cei din jur nu vor fi în stare să înţeleagă acest lucru până nu vor ajunge şi ei la acest moment.

Am avut noroc să asist la moartea câtorva oameni de genul acesta: când au simţit atingerea morţii, şi-au încheiat socotelile cu viaţa şi au lăsat prin testament urmaşilor lor bruma de avere agonisită. Unul dintre muribunzi a întrebat cât e ceasul, a căzut pe gânduri câteva minute şi a spus: *„Domnul mă cheamă la el"*. Şi-a pus mâinile pe piept şi a oftat adânc. Se dusese. Ca un creştin adevărat.

Am asistat însă şi la moartea unui comunist adevărat. Înainte de a muri se mai gândea încă la ziua de mâine. Şi el credea în bine, credea în forţa iubirii. N-a spus-o de-a dreptul, dar ultimul lui zâmbet, viclean şi chinuit, a fost însoţit de cuvintele: *„Nu plec eu pentru totdeauna"*. După cinci minute nu mai era. Era tatăl meu.

În zilele noastre majoritatea oamenilor mor în chinuri, adică se duc învăţând prin suferinţe până în ultima clipă prin suferinţe. Răutatea de care n-au scăpat îi face să treacă prin chinurile iadului.

Cei care au învăţat să ierte, vor trăi ştiind până în ultimul ceas care este adevărata valoare a vieţii şi se vor interesa de viitor, întrucât ştiu că, cu fiecare suflare rămasă, îşi clădesc drumul spre viitoarele lor vieţi. Vor pleca în câteva minute, străduindu-se să se elibereze de corpul lor fizic. Nu-ţi poţi dori o moarte mai frumoasă.

Cine îşi iartă frica de moarte şi îi cere şi el ei iertare, se va elibera de frică şi frica se va elibera de el. Noi şi frica noastră suntem ca la închisoare, noi suntem şi paznicul şi celula.

Viaţa noastră este acel joc de 2 procente dintre 49 şi 51.

Cine înţelege regulile jocului, va avea un joc lung şi fericit. Cine nu le ştie sau nu le foloseşte, va avea o viaţă scurtă sau, invers, lungă, dar plină de suferinţe.

Ştiţi cu toţii că tot ce curge este energia iubirii – ea este veşnică; tot ce nu curge este energie negativă supusă distrugerii. Corpul nostru fizic este supus distrugerii, prin urmare el este o acumulare de energie negativă.

Logica ne-ar spune că oamenii slabi au negativitate mai puţină, iar cei graşi – mai multă...???

Aşa este. Numai că la cei slabi şi pozitivitatea este mai mică iar la cei graşi – mai mare. Raportul 49 la 51 continuă să se menţină atâta timp cât trăim. Viaţa asta şi este - mişcare pe drumul îndreptării răului. Unii se mişcă mai încet, alţii - mai repede, dar câtă vreme ne mişcăm, suntem vii. Nemişcarea înseamnă moarte.

Prin urmare, toţi suntem la fel, deşi ne-am obişnuit să-i numim pe unii buni, iar pe alţii răi. Ne-am obişnuit să facem aprecieri după nişte criterii exterioare. Ne amăgim pe noi înşine şi îi amăgim şi pe ceilalţi şi la urmă suferim.

Eu împart omenirea în două grupe polarizate:

– **buni răi** = fals buni
– **răi buni** = fals răi

Restul sunt mai mult sau mai puţin echilibraţi, dar numărul lor se reduce continuu. În condiţiile adâncirii crizei Pământului creşte şi gradul de polarizare.

Cu cât vom continua să acumulăm mai multe bunuri materiale, mângâindu-ne pe cap unul pe altul şi aşteptând să fim lăudaţi, cu atât mai mare va fi falsul bine. Numai prin creşterea rapidă a valorilor spirituale şi aşezarea lor la loc de cinste vom mai putea să facem câte ceva.

Pentru a echilibra falsul bine în lume, există fals răii care de regulă sunt numiţi criminali de către cei fals buni.

Despre binefăcători

Răii buni sau falşii buni sunt acei oameni al căror bine este îndreptat spre afară. Din categoria acestora fac parte aşa-zişii *binefăcători* care de cele mai multe ori sunt frumoşi, delicaţi, politicoşi, dar deseori sunt şi nelalocul lor, inapţi pentru viaţă, inacceptabili, plicticoşi, sâcâitori, enervanţi, lipsiţi de sens etc. De regulă, aceşti oameni doresc binele tuturor şi a întregii lumi, numai că nu înţeleg că binele lor nu este bine şi pentru alţii. Poate, în momentul respectiv cineva are nevoie nu de bine, ci dimpotrivă, de rău pentru a-şi extrage lecţia care îi trebuie exact atunci.

Un *binefăcător* poate, de exemplu, fără să se gândească măcar că face ceva rău, să îndese trufe pe gâtul cuiva,

fără să-l întrebe pe om dacă vrea, şi să se simtă fericit. Nici nu bagă de seamă că acela se sufocă şi că are o figură chinuită. Bietul om se străduieşte din toate puterile să înghită, ca să-i facă lui plăcere; cu siguranţă însă sistemul lui gastrointestinal gândeşte altceva.

Orice om care vrea să fie bun, trebuie să ţină minte că binele meu nu este obligatoriu să fie pe gustul sau pe placul altuia. În felul acesta va evita dezamăgirile.

De obicei, *binefăcătorul* nu observă că nu-i consideră oameni pe cei din jurul lui. Pe cei ajunşi celebri, pe cei care şi-au făcut un nume şi pe ai lui – îi vede, pe cei aşa-zis inutili, de care nu are nevoie – nu-i vede. Cu unii este foarte grijuliu, pe alţii îi calcă în picioare şi încearcă să-i spui ceva!.

De regulă, *binefăcătorul* se consideră pe el bun, iar pe alţii răi. Dacă ceilalţi tac, fiindcă şi ei vor să fie buni, el nu va bănui că greşeşte. Dacă însă îi spui adevărul în faţă, *binefăcătorul* îşi pune mintea la contribuţie şi s-ar putea să devină într-adevăr un om bun, deşi, vai, se va comporta ca un mitocan. Dar deja asta este o altă faţă a medaliei.

Binefăcătorul îşi va irosi în zadar binele, fără să obţină vreun rezultat. Nu se va consola niciodată cu faptul că măcar ceva i-a reuşit. *Binefăcătorul* este gata să se rupă în bucăţi – doar-doar va obţine totul. Din păcate, viaţa nu înseamnă numai bine. În sufletul lui se adună deziluziile şi el se înrăieşte. De regulă nu-şi va arăta răutatea şi cu timpul nu-şi va arăta nici bucuria. Îşi va ascunde atât de adânc răutatea, încât până şi cel mai iscusit provocator va fi dezamăgit. Dorind sincer să facă bine, el va fi disperat dacă i se vor arăta greşelile. Am avut ocazia să văd cum răutatea unui astfel de om se manifesta abia la nepot, fiindcă şi fiul său fusese învăţat să se abţină din toate puterile. Răutatea

acumulată timp de două generații a țâșnit la suprafață la a treia generație sub formă de epilepsie.

De regulă, *binefăcătorul* își asumă responsabilitatea, dorește cu orice preț să-și atingă scopurile, este patriot, în cazul unui insucces își recunoaște vina și se mobilizează tot timpul în numele progresului.. După aceste eforturi exagerate urmează de regulă depresia, fiindcă ceilalți nu apreciază cum ar merita tot ce a făcut el. La depresie, omul este ajutat dându-i-se de mâncare și de băut. La rândul lor, caloriile îl vor ajuta să se doteze cu armament greu pentru următorul atac.

Binele făcut de acești oameni, chiar atunci când este mare, se duce pe pustii și nu-și atinge scopul. Adevăratul bine este acela care este cerut. Până în momentul în care doritorul de a face bine, pe care îl și face, nu va înceta să facă binele cu de-a sila, binele lui se va pierde fără sens și fără folos. Pentru echilibrarea binelui irosit va începe să se acumuleze o masă de agresivitate, care va crește continuu, mai ales sub formă de răutate.

Răutatea îngrașă.
Răutatea se acumulează în țesuturile grase.

Negativitatea crește fără ca omul să observe. Lumea s-a obișnuit să creadă că *binefăcătorul* face bine și târziu de tot observă răul din spatele acestui bine. Răul își face treaba distrugând încetul cu încetul și în final se manifestă printr-o cădere fizică și spirituală. Și atunci oamenii încep să se plângă că *soarta este nedreaptă întrucât ei nu au făcut nimic rău.* Și totul se întâmplă numai pentru că ei nu sunt conștienți că nu există bine fără rău. Iar cel care va

înțelege nu va mai spune despre el că este un om bun și nu va mai arăta cu degetul pe alții.

Sunt convinsă că dacă un *binefăcător*, citind, va ajunge la această pagină, o va parcurge în viteză fiind convins că ce scriu eu nu se referă la el. Reprezentanți tipici ai acestei categorii sunt femeile și oamenii grași.

Este lipsit de sens ca problema îngrășării să se rezolve cu medicamente. Este adevărat că, cu prețul unor mari eforturi, prin autotortură și prin scăderea poftei de mâncare, se poate scăpa pentru un timp de kilogramele în plus, dar în cazul acesta omul devine robul propriului corp. Scăpând de grăsime, omul scapă și de rușinea de a ieși în lume, dar celelalte stresuri rămân, inclusiv cele care au dus la îngrășare.

Mulți oameni grași se tem să folosească mijloace de slăbire fiindcă în subconștient ei se tem că își pierd capacitatea de a rezista. Răutatea alimentează capacitatea de a lupta. Cel care își va învinge frica prin forță și de dragul de a arăta bine se va purta abuziv cu corpul său, fiindcă nu știe să se elibereze de frică și de răutate, va avea ocazia să se căiască mai târziu.

Din acest motiv, după o cură de slăbire, oamenii se îmbolnăvesc frecvent, regretă și ar fi de acord să fie chiar mai grași cu condiția să nu mai facă tot felul de boli care nu-i lasă să trăiască. Dar după o boală nu mai poți fi ca nou. Înainte, erau capabili să ascundă răul în ei, să înghită și să se bucure că au putut fi buni pentru toată lumea, indiferent cât le-a fost de greu. Acum însă, din cauza bolii, li se umezește privirea și bucuria parcă n-ar fi fost niciodată. Dacă înainte își puteau întreține familia, puteau să facă bine pentru alții, acum viitorul îi sperie.

Acum, energia negativă acumulată în țesuturile grase trebuie să se concentreze undeva, să fie și mai densă. Așa pot să apară, de pildă, tumorile. Cel care își va înțelege greșelile, nu va mai învinovăți medicamentele și producătorii lor ci, prin iertare, se va dezlega de răutate și tumora va dispărea. În practica mea, cel mai repede – în mai puțin de patru săptămâni – a trecut o tumoare foarte mare, cât capul unui nou născut. S-a întâmplat la o femeie care avea un chist la ovare și care, prin iertare, a avut parte de un miracol.

Frica îl face pe om să nu fie gras.

O persoană, plină cândva, slăbește întruna, dar medicii nu descoperă nimic. Acum, din cauza unei presupuse boli ascunse, apare spaima de moarte. De fapt omul nu are nimic grav, dar dacă ținem cont de faptul că nu știe să gândească, treaba chiar poate să devină gravă și poate apărea o boală psihică.

Problema îngrășării nu este nici pe departe o glumă. Mulți oameni minunați cad în depresie din cauza ei, demnitatea lor având de suferit.

Îngrășarea poate avea loc în foarte multe feluri.

Ceafa, umerii și mâinile se umflă cu grăsime la cei care au spaima că *nimeni nu mă iubește*, că *nimic nu-mi iese cum vreau eu, lumea nu mă înțelege*, mai pe scurt, răutatea că *totul este altfel decât vreau eu.* Îngrășarea în această zonă este mai rară. Este însoțită, de obicei, de îngrășarea întregului corp.

La cei care se îngrașă la trunchi (tors), în țesutul lor gras trebuiau să se așeze toate învinuirile răutăcioase și

sentimentul lor de vinovăție, indiferent de ce și de cine este el legat, inclusiv de propria persoană.

O parte din oameni au corpul complet disproporționat – capul mic, fața mică, păr moale și rar, gât subțire, iar de la umeri în jos - straturi de grăsime, imposibil de micșorat. Mare mai este spaima acestor oameni că *nu voi mai fi iubit dacă...* și atunci ei încearcă să se apere de negativitatea vieții printr-un zid, zid care nu va lăsa răul să treacă prin el, ci îl va absorbi. Corpolența este expresia modului lor de gândire. Așa arată multe dintre femeile șefe.

Se îngrașă oamenii de tip luptător, cei ce caută cauza pentru care viața este rea, adică tipul de acuzator, care însă este foarte sensibil atunci când el este acuzat de ceva. Cu cât va înfiera mai mult pe alții, de frică să nu fie el vinovat, și va strânge în el această răutate, cu atât talia lui va deveni mai groasă. Dorința lui imperativă de a vedea viața mai bună se va transforma pe neobservate în răutate, chiar dacă el va continua să fie activ și îi va antrena și pe ceilalți pentru îmbunătățirea vieții. Obiceiul de a domina, de a ordona, de a interzice este legat de răutate. Oamenii de felul acesta sunt profund nefericiți atunci când cineva vede ceva rău la ei. Cu timpul vor începe să facă ordine și acasă, ceea ce îi va scoate din sărite pe ceilalți.

Dorința maximalistă de a face ceva ca să le fie mai bine celorlalți nu se îndeplinește. Din dezamăgire vor apărea diverse feluri de răutate: răutate ca nu ai făcut ceva, răutate că nu ai discutat despre ceva, că nu ți-ai înghițit lacrimile, că nu te-ai certat. O astfel de răutate, care te demască și pe tine și pe ceilalți, va adăuga taliei tale, stabil și imperceptibil, kilogram după kilogram. Dacă cineva de genul acesta ajunge șef și își satisface dorința de a domina, kilogramele în plus vor dispărea. Și mai repede vor dispărea în cazul

când persoana respectivă, temându-se de concurenţă, se va teme să nu-şi piardă funcţia.

Oamenii graşi sunt *binefăcători* tipici, întrucât răutatea lor nu este îndreptată contra oamenilor, ci împotriva vieţii, a modului de organizare a ei şi a obstacolelor din calea vieţii. Îi irită prostia, lipsa de sens, risipa, lenea, preţurile mari, ţevile care curg, poluarea mediului, samavolnicia politicienilor, regresul economic, subţierea propriului portofel şi tot ce se află în spatele acestui lucru.

Un *binefăcător* nu va spune nimănui ce necazuri are. *Cine ştie ce se va întâmpla!* Vor fi nevoiţi să sufere, de regulă, membrii familiei, care nu au nicio vină. Mai ales copiii, fiindcă ei nu au dreptul să obiecteze, întrucât trăiesc din bunăvoinţa părinţilor.

Ocărându-ne copilul, vrem să facem din el un lucruşor insensibil şi uşor de manipulat. În acelaşi timp nu înţelegem că el va deveni o maşină expusă uzurii. Când copilul începe să plângă, părintele se supără – înseamnă că sentimentul lui de vinovăţie i-a dat un semnal. Dar el nu vrea să fie vinovat şi atunci devine şi mai rău. Şi copilul şi mama vor lua în greutate.

Ocărându-ne copilul, de fapt ne ocărâm pe noi.

Lumea se întreabă adesea de ce copilul spune: *„Mai bine să mă baţi decât să mă ocărăşti".* Spiritul lui curat ştie că durerea fizică nu are mare importanţă. Adevărata durere este cea sufletească. Când mama îşi ocărăşte copilul, în sufletul ei se amplifică sentimentul de vinovăţie. Ea nu e conştientă de acest lucru, dar copilul vede şi nu doreşte ca mamei lui să-i fie rău.

Dacă răutatea de acelaşi tip, concentrată într-un anumit organ, duce la îmbolnăvirea acestuia, răutatea omului gras provocată de lupta cu viaţa nu are limită, ca şi viaţa, şi ea se va acumula încetul cu încetul în întregul organism până va exploda într-unul din organe.

Dacă grăsimea se depune în partea inferioară a corpului înseamnă că răutatea este legată de treburile gospodăreşti, de serviciu, de problemele financiare în general. Partea inferioară a corpului se corelează cu trecutul. Cel care nu s-a eliberat de răutatea legată de trecut, se va îngrăşa categoric în partea de jos a corpului. Aici se concentrează răutatea legată de copilărie şi de tinereţe. Aici se află supărarea mamei pe soţul care nu face ce vrea ea şi răutatea femeilor pe sexul masculin în general.

Partea superioară a corpului semnifică viitorul. Cel care se gândeşte la viitor cu răutate, va avea partea superioară impunătoare. În ciuda tuturor piedicilor, el vrea să meargă în viitor.

Zona brâului se corelează cu prezentul, cu azi. Pentru cel care nu se rupe de trecut, viitorul înseamnă o luptă şi va avea o talie groasă. Cel care uită cu uşurinţă neplăcerile zilei de ieri, va avea o talie subţire, chiar atunci când partea de jos a corpului este voluminoasă.

Persoana care doreşte să arate şi să demonstreze celorlalţi ce scopuri lăudabile are, adică să arate în mod demonstrativ că este un om corect, va fi grasă. S-ar putea să se ruşineze şi să se simtă penibil când se uită lumea la ea, dar impulsul interior este mai puternic. De obicei, astfel de oameni nu-şi dau seama că au în ei răutate, fiindcă, în mod sincer, nu ştiu ce este aceea. Că *alţii îl aduc în stare,* încă mai e de înţeles. Ei pot chiar să simtă o răutate faţă de cei răi. Acest mod sui-generis de a lupta pentru bine este foar-

te răspândit. Astfel de oameni se enervează când cineva se plânge, îi caută greşelile sau îl învinuieşte de-a dreptul.

„Ce vă tot plângeţi, schimbaţi ceva cu asta? Nu suport acuzaţiile şi pierderea inutilă a timpului," – vor riposta ei enervaţi. E bine când această revoltă iese afară şi eliberează stresul, cel puţin răutatea n-a fost în zadar. Dar, din păcate, aceşti oameni nu se gândesc de obicei că aspiră în ei două feluri de răutate – blamarea celorlalţi şi propria răutate. După o vreme, sănătatea lor se va înrăutăţi. Vor crede că de vină este creşterea tensiunii arteriale, legată de cine ştie ce incident stupid, şi vor începe să-şi reproşeze că s-au amestecat. *Iar n-am ştiut să mă stăpânesc!* Acesta este deja un reproş direct la adresa sa, dar nu este conştient de acest lucru. Mai intervine şi frica din cauza faptului că nu se simte bine, fiindcă nu ştie, de fapt, despre ce este vorba. *Nu cumva mi-a sărit tensiunea?*

„Nu pot să sufăr plângăcioşii, mă scot din sărite! Simt că plesnesc de furie, ăştia pur şi simplu nu înţeleg nimic! Bat apa-n piuă şi au şi ochelari de cal!"

Da-da! Vedeţi, ăsta este stresul dumneavoastră. Prin el îi atrageţi pe astfel de oameni şi ei vin ca să vă înfurie. Dacă n-ar veni, n-aţi simţi această răutate. Dar, se vede treaba că doriţi acest lucru!

Atrageţi situaţia în care aţi putea „plesni" de furie. Şi dacă acest stres încă nu-i suficient ca să faceţi un atac cerebral, o hemoragie sigur veţi face. Sau vă veţi lovi de ceva şi veţi face vânătăi. Corpul dumneavoastră vă trimite în felul acesta un semnal despre starea pe care o aveţi în momentul acela.

Cei la care frica *nimeni nu mă iubeşte* este mai mică, sunt consideraţi indiferenţi. Ei nu suferă din cauza vorbelor ce le-au ieşit pe gură, fiindcă socotesc că au spus adevărul. Nu au nici un stres din cauza asta. Evident, ponderea acestor oameni este mai mică.

Din punct de vedere medical, la persoanele grase, metabolismul este încetinit şi aşa se şi explică creşterea stratului de grăsime. Indicatorii clinici sunt determinaţi prin cercetarea capacităţii de funcţionare a glandei tiroide.

Acum, haideţi să gândim în mod nou şi mai simplu, cum încerc eu tot timpul să vă învăţ. Glanda tiroidă se află în centrul celei de-a V-a chakre, care este legată de comunicare. Prin urmare a fost afectată comunicarea cu lumea, adică cu oamenii, cu animalele şi cu natura. Omul poate să creadă că se înţelege minunat cu ceilalţi oameni şi că adoră animalele, dar asta nu are importanţă. Glanda tiroidă are o disfuncţie şi deci comunicarea cu lumea este îngreunată, el trebuie să facă eforturi foarte mari, dar nu mai are putere; acest lucru îi aduce doar deziluzii, o senzaţie de zădărnicie şi de lipsă de sens. Frica permanentă de a fi strivit de viaţă duce la disfuncţii ale glandei tiroide. Toate sunt semne ale luptei îndârjite cu viaţa.

Cea de-a V-a chakră este situată în centrul sferei de influenţă a fricii *nimeni nu mă iubeşte*. Deasupra ei se află capul cu toţi centrii vitali, inclusiv centrul metabolismului. Frica că *nimeni nu mă iubeşte, nimeni nu are nevoie de mine, nimic nu-mi iese cum trebuie, deşi mă străduiesc* blochează comunicarea.

Comunicarea fiind blocată, centrii nu mai pot vedea care este sarcina corpului. La cel care nu a fost învăţat sau nu a învăţat singur cum să comunice, capul nu ştie ce face corpul, iar corpul nu poate înţelege ce gândeşte capul! Ştiinţa de a comunica uneşte în mod corect toate părţile corpului şi omul devine un întreg. Tot ea face ca familia, colectivul în care lucrezi, statul, omenirea să devină un în-

treg. Până vom ajunge să ne citim gândurile, suntem nevoiți să comunicăm prin cuvinte. Lipsa de sinceritate va fi însă subconştient sesizată de către om, chiar dacă nimeni nu l-a învățat niciodată să comunice.

Copiii sunt învățați de mici cum să întâmpine pe cineva, cum să salute. La salutul bucuros al unui copil orice om răspunde cu un zâmbet, deoarece copilul radiază o bucurie sinceră. Este iubirea curată care nu cere nimic în schimb. Dacă noi, adulții, am păstra măcar acest minunat început de comunicare, dacă le-am răspunde cu aceeaşi bucurie, copiii, crescând, n-ar mai merge cu capul în jos şi cu dinții strânşi în semn de protest împotriva adulților. Un „*Bună ziua*" cald, spus fără frică şi răutate, deschide inimile oamenilor. Haideți să ne facem timp să ne oprim o clipă în prag, să salutăm şi să aşteptăm răspunsul. Vom simți că începem să comunicăm. Un salut automat, formal nu duce la nimic.

Deşi nivelul de dezvoltare al intelectului său este destul de mare, omul permite fricii *nimeni nu mă iubeşte* să-i modifice radical noțiunile, fiindcă nu-şi face timp să-şi înțeleagă propriile sentimente. Cel care, de frică, preferă să fugă, va avea un nivel de activitate fizică mai înalt şi va apărea o hiperfuncție a glandei tiroide. Sau, în loc să fugă, caută o altă soluție. Ambele căi duc la aceeaşi răutate. Cu diferența că cel care fuge slăbeşte, iar cel care-şi păstrează calmul şi nu se clinteşte din loc se îngraşă.

Îngrăşarea înseamnă că persoana respectivă vrea să primească de la viață mai mult decât dă.

Slăbirea înseamnă că vrea să dea vieții mai mult.

Un corp bine făcut, proporționat arată că persoana respectivă dă cât primeşte.

Dar ce să dai şi ce să primeşti? La această întrebare trebuie să răspundeți fiecare, întrucât scopurile fiecăruia sunt diferite. Unul vrea să se îmbogăţească, altul declară patetic că nu-l interesează banii. Unul vrea linişte sufletească, dar nu-i lasă în pace nici o secundă pe ceilalți. Altul ar vrea să vadă lumea, dar spune că nu poate să o facă pentru că nu are bani, iar când îi are îi cheltuie pe fleacuri. Altul vrea să stea liniştit acasă, dar nici nu trece bine o oră, că o şi zbugheşte afară de parcă ar fi intrat duhul rău în el.

Fiecare are scopul lui în viață. Ați da înapoi tot ce ați primit de la viață? Ați fi atunci mai curajos în legătură cu viitorul?

Stratul de grăsime este depozitul în care vă adunați calitățile de luptător pentru ca să vă puteți lupta cu viața şi să rezistați – şi acum şi mâine (cu cât mai mult cu atât mai bine). Logic, gândiți cam aşa: „*De ce trebuie să dau ce este al meu? Fiecare trebuie să-şi rânduiască propria viață! Şi aşa am dat mai mult decât alții*". Ați strâns multe provizii şi sunteți siguri pe dumneavoastră. La fel se simte şi stratul de grăsime.

Altul a primit mai puțin de la viață şi trebuie să dea mai puțin. Aceasta este logica vieții. De la fiecare, după capacitate. Dumneavoastră vi s-a dat mai mult ca să dați mai mult. Dar ce dau ceilalți nu v-a fost dat să vedeți. Unul dă un obiect oarecare şi consideră că a făcut o faptă mare, altul îşi dă tot sufletul şi nu-i mai rămâne nimic,dar ceilalți nu văd. În ambele cazuri însă, se foloseşte aceeaşi unitate de măsură.

Lipsa dorinței de a renunța la ce este al tău este un stres viclean. Simbolic, grăsimea este tot ceva al tău, pe care l-ai strâns în lupta cu viața. Eliberați-vă de acest stres şi stratul de grăsime va începe să se topească. Vorbiți cu

acest strat, vorbiți cu celula de grăsime. Spuneți-i câtă teamă față de ziua de mâine ați adunat în ea. Și câtă răutate războinică! Unii se duc ei înșiși la luptă, alții îi trimit pe ceilalți. Unii luptă cu cuvântul, alții luptă cu condeiul. Unii - prin acțiune, alții prin idei. Dumneavoastră cum faceți? Gândiți-vă și eliberați-vă de răutate și de lipsa dorinței de a renunța la ce este al tău.

Tot ce pare să ne aparțină vine de la planeta Pământ. Planeta noastră nu îmi aparține mie, prin urmare, bogăția ei materială nu este a mea. Prin crearea acestei bogății eu am primit înțelepciune de viață – singura mea comoară ce mă însoțește dintr-o viață în alta. Și dacă voi merge drept voi avea tot mai multe bogății materiale prin care voi învăța neîncetat. Trebuie să remarc că este deosebit de plăcut să utilizez aceste „manuale" școlare. Dar să nu uităm că ele sunt doar niște manuale. Nici să nu le considerăm ca fiind ale noastre, nici să nu le distrugem, întrucât ele sunt de la Dumnezeu. Dacă le distrugem ne distrugem pe noi înșine.

Căutarea unei căi concrete, fizice de a scăpa de zbuciumul sufletesc te duce totdeauna în impas. Ca urmare începe lupta pentru viață care niciodată nu se dă fără bătălii, adică fără răutate. Iar răutatea distruge. Dar și cel care se predă fără luptă, piere. Va învinge numai cel ce gândește corect.

Există oameni grași, mai ales femei, care n-au ridicat niciodată vocea la cineva și nu au căutat să-și impună voința. Dar nici familie nu au unde să-și poată arăta forța. Prietenii îi iubesc în mod deosebit. Oamenii aceștia și-au ascuns în ei toată răutatea și îi uimesc pe toți cu rezistența lor la stres. Îi ajută și faptul că bunăvoința lor este sinceră și că se străduiesc să-i înțeleagă pe ceilalți.

Nevoia nechibzuită de a părea din ce în ce mai bun se transformă în autoreclamă. Indiferent cum se manifestă, prin lăudăroșenie, prin trucuri de reclamă sau prin dominarea concurenților, această nevoie mărește negativitatea ascunsă. Un om modest care simte că în domeniul lui de activitate face față la fel de bine ca ceilalți, care arată superb și are o capacitate de comunicare de invidiat, își va înghiți lacrimile de ciudă văzând că altuia îi merg bine afacerile, iar el nu are de lucru. Clienții aceluia sunt oameni de vază, iar la el abia de vine cineva.

Omul modest nu știe să comunice sau este atât de sensibil față de prefăcătorie, încât nu acceptă gândul de a se manifesta într-o manieră nenaturală. Dacă lângă el se află o personalitate strălucitoare, se va închide în el atât de mult, încât va fi el însuși uluit de propria-i greșeală și grosolănie. Într-o astfel de stare sufletească treburile nu pot să meargă bine. Ca întotdeauna, concluzia se trage după criterii exterioare – *are niște maniere atât de îngrozitoare, măcar de-ar face față la serviciu.* Și asta e adevărul –nu merge treaba.

Mă adresez acum acelora care nu se simt confortabil într-un astfel de mediu de prefăcătorie. Rămâneți așa cum sunteți – sinceri, inimoși și grași. Eliberați-vă însă de teama că *nimeni nu vă iubește* și de celelalte stresuri care vă fac să suferiți și vă provoacă răutate și atunci, într-o bună zi, va găsi calea spre dumneavoastră acel om plăcut și curat la suflet pe care l-ați așteptat tot timpul. Și omul acela care căuta și el înțelegere, va simți că, în sfârșit, a găsit persoana de care avea nevoie și se va mira cum de nu v-a remarcat până acum.

Dacă vă duceți, de exemplu, la frizerie și vedeți că frizerul nu este în apele lui, să știți că are nevoie de iubire.

Oricât de abil şi-ar ascunde indispoziţia, veţi simţi că este abătut şi veţi avea o stare de disconfort. Eliberaţi-vă de lipsa de dorinţă de a intra în vorbă cu el, chiar dacă el este prost dispus sau dacă sunteţi nemulţumit de lipsa lui de educaţie. Eliberaţi-vă şi de acel stres care provine din modul dumneavoastră de a trăi şi a vă comporta. Nu uitaţi că dumneavoastră sunteţi cel care se duce la el şi, prin urmare, în afară de tunsoare, mai aveţi nevoie şi să învăţaţi o lecţie importantă de viaţă. S-ar putea ca lecţia să fie extrem de importantă, dar vă veţi da seama abia după un timp.

Eliberaţi-vă şi de stresul că *frizerul vă va tunde în funcţie de starea lui de spirit* şi nu veţi mai avea ocazia să vă supăraţi altădată din acelaşi motiv. Luaţi din inima dumneavoastră, în gând, un pumn mare de iubire caldă – pentru că aveţi destulă – şi, tot în gând, trimiteţi-o acolo unde ar trebui să fie inima lui.

Dacă după asta veţi avea o tunsoare uimitor de frumoasă, să ştiţi că s-a întâmplat graţie bunătăţii dumneavoastră înţelepte. Şi când veţi ieşi pe uşă, frizerul va gândi: „*Ce om plăcut, nu mai sunt aşa prost dispus*".

La fel vor sta lucrurile peste tot pe unde veţi merge. Eliberaţi-vă, prin iertare, de stresuri şi vă va fi bine peste tot. Şi dacă vă veţi afla într-o ţară străină, cu obiceiuri necunoscute, atunci veţi putea să-i înţelegeţi pe oamenii de acolo şi nu îi veţi considera:

- nici mai răi decât dumneavoastră – acest lucru v-ar face să deveniţi arogant, ceea ce ar putea fi taxat în mod dureros;

- nici mai buni decât dumneavoastră – v-ar face să deveniţi umili şi în felul aceasta atrageţi umilinţa.

Prin gândurile lor, oamenii atrag asupra lor răul.

Pe acelaşi exemplu să analizăm posibilitatea unui alt mod de abordare a situaţiei. Fiind un om bun, chiar foarte bun, vă apucaţi să-l întrebaţi pe frizer: „*Vai, dragă, ce ţi s-a întâmplat? Pot să te ajut cu ceva? Nu arăţi prea bine*". Astfel de întrebări pot, dimpotrivă, să-l enerveze, fiindcă el se străduise să-şi ascundă starea. Nu doreşte să vorbească despre problema sa, el trebuie să se elibereze de ea. Un om poate să-l ajute pe altul, dacă el se eliberează de teama că „*o să i se pară că sunt rău şi neomenos dacă nu o să pun la suflet problema lui*".

În general vorbind, cât de mult încearcă omul să ajute pe cineva aflat la nevoie? Această întrebare este, în esenţă, retorică, sunt cuvinte goale, vorbe aruncate în vânt înainte de a primi răspunsul. Ea reflectă stilul modern, rafinat de învăţare a bunelor maniere. Se va înşela cel care îl va urma cu naivitate şi prin aceasta va trebui să înveţe. Cine vrea cu adevărat să ajute, nu vorbeşte mult şi este serios.

Se poate întâmpla ca în bunătatea lui, chelnerul care vă serveşte la masă să vorbească bombastic şi să fie pisălog. Dumneavoastră însă nu suportaţi exagerările, nici în comunicare nici în ceea ce vi se oferă. Iertaţi-vă intoleranţa – răutatea şi atunci nu vă va mai afecta nici stilul lui de comportament, sâcâitor şi plictisitor.

Răutatea bună şi răutatea rea

Răutatea este un stres perfid. De exemplu, răutatea faţă de un om concret este bine înţeleasă de toată lumea. Dar răutatea faţă de o situaţie, o problemă, un impediment creează panică. Dacă eu spun că şi asta este tot răutate, unii vor cădea pe gânduri. Nu s-ar fi gândit niciodată la aşa ceva. În cel mai bun caz vor întreba: *„Cui i-am făcut eu rău cu această răutate de vreme ce eu însumi sunt silit să sufăr?"*

Când le explic oamenilor esenţa binelui, pe care-l facem altora, le apare uneori un fel de paralizie a gândirii, încât devine destul de primejdios să continui convorbirea. *„Reiese că toată viaţa eu am făcut totul incorect! E posibil ca eu să fi făcut toată viaţa totul incorect?"* În aceste cuvinte se simte atâta dezamăgire, încât deja nu mai poţi să-i explici că din greşeli se învaţă şi că aşa a fost dintotdeauna. O nouă paralizie a gândirii duce deja la enervare - cineva îndrăzneşte să-i spună că a greşit.

Şi atunci se poate întâmpla ca un om extrem de depresiv şi resemnat să devină brusc uimitor de agresiv: *„Aha, dumneavoastră susţineţi că eu aş fi trăit toată viaţa incorect!"* El a fost atât de ascultător şi de devotat statului şi se găseşte cineva acum care să-i răstoarne toate principiile cu susul în jos. Aşa ceva nu se poate accepta. Mai bine să sufăr eu. Şi înainte reevaluarea lecţiilor de viaţă a dat şi înainte naştere la războaie.

Va fi mai corect dacă omul, prin iertare, se va elibera de stresuri şi nu va încerca să-i înţeleagă pe alţii sacrificându-se pe sine, ca apoi să facă pentru alţii o faptă

bună, indiferent care. Să-i înţelegi pe ceilalţi este un lucru anevoios şi poţi să şi greşeşti, dar, eliberându-ne de stres, deschidem calea către acel bine de care avem nevoie noi înşine. De exemplu, după ce m-am eliberat de răutatea: *„oricum, binele pe care eu pot să-l fac nu este necesar nimănui"*, voi vedea brusc în pragul casei un om care are nevoie tocmai de acest bine.

Stresul este stres atâta timp cât el este fixat în mine. Dacă eu, îl eliberez prin iertare, el se poate transforma în energie a iubirii. Această schimbare din corpul meu o pot simţi sub forma unui sentiment care, pentru mine, se numeşte bine.

Răutatea bună este răutatea pe care o dau afară.

Răutatea rea este răutatea pe care o ţin în mine. Celui care privează pe cineva de libertate, nu poate să-i fie bine.

Dintre stresurile negative cea mai mare pondere o are răutatea.

Cine are abdomenul umflat în partea superioară, acela vrea să avanseze cu răutate. Autoconstrângerea duce la umflarea corpului. Abdomenul lui trebuie să răzbată prin viaţă precum prora unui spărgător de gheaţă. *Nu mă las până nu le dovedesc că eu sunt cel mai bun. Şi dacă de data asta nu reuşesc, o să mă îmbăt, o să mă declar înfrânt în faţa tuturor* (tot e mai bine decât să plesnească) *şi voi încerca din nou.* În numele binelui, scopul scuză mijloacele. Şi dacă şi noua încercare eşuează, răutatea va creşte şi va începe să-l distrugă.

Iertaţi-vă răutatea cu care vă strecuraţi printre piedici şi atunci uşile vi se vor deschide. Şi binele va veni el spre dumneavoastră. Atunci va dispărea şi necesitatea de a avea un abdomen mare.

O dorință ireală, ce provoacă răutate prin faptul că nu poate fi îndeplinită, duce la hernie. Majoritatea dorințelor ireale țin de sfera economică și de aceea hernia apare cel mai des în partea inferioară a abdomenului și pe cicatricele rănilor. Partea inferioară a trupului corespunde trecutului, iar partea superioară – viitorului. Dacă setea de câștig ușor a unui om dezamăgit de viață se transferă brusc în viitor, diafragma lui se va strangula. Mai simplu spus, dacă omul s-a gândit să asalteze cu răutate viitorul: *„orice aș face tot nu reușesc"*, atunci corpul îi va limita respirația. Insuficiență respiratorie severă nu-l va lăsa să facă o greșeală și mai mare.

Cine va începe să accepte că viața are și o parte nevăzută și își va conștientiza negativitatea naturală, va începe să piardă din greutate, se va mișca mai ușor și îi va fi mai ușor să facă acel bine prin care la timpul potrivit își va realiza scopurile. Ce sens ar avea ca binele să fie aruncat în vânt?

Cine va putea să nu mai impună altora propria lui voință, va constata că stratul de grăsime de pe spate s-a micșorat. Cine va ști să se elibereze de sentimentul că *fără mine nimic nu se poate face, dacă eu nu intervin, oricum ei n-or să facă nimic*, va vedea că încep să se reducă straturile de grăsime de pe abdomen și de pe piept.

Cine spune la supărare: *„acum o să stau cât poftesc, nu-mi trebuie nimic și nici nu mă clintesc de dragul altora"*, aceluia i se va lăți fundul. Acest stres era mai rar la bărbați, dar acum devine din ce în ce mai răspândit. Bărbăția este tendința de a merge înainte și bărbatul vrea să meargă, atâta timp cât îl țin puterile.

Aceluia care are în el răutatea că *„nu pot să stau tolănit și să mă bucur de viață, cum fac alții. Situația mea materială nu-mi permite acest lucru"* , fundul i se va lăți și mai tare.

Cine are în el răutatea că *„trebuie să mă scol că fără mine nu se vor descurca"*, va avea talia groasă. Stratul de grăsime excedentară se va ridica de pe fund în sus spre talie. Bărbații care au acest stres, vor avea o talie îngrozitor de mare.

Femeia care dorește să-l ademenească cu sinceritate pe bărbat pentru a merge împreună pe calea vieții, va avea sânii mari. Dacă însă îl iubește pe bărbat fără gânduri ascunse, va avea sâni normali.

Dacă femeia este încăpățânată și așteaptă ca bărbatul să facă primul pas, sânii ei vor rămâne mici. Dacă însă va renunța la încăpățânare, sânii vor începe să-i crească, indiferent de vârstă.

Dacă omul gândește ca un condamnat: *„Orice-aș face, tot nu-mi voi realiza visele"*, țesutul de grăsime devine flasc. Un suflet flasc înseamnă un corp flasc.

„Orice-aș face, voi nu vedeți bunătatea mea" - și talia devine flască.

„Nu merit să fiu iubit" – și fața, gâtul, sânii devin flasce.

„Oricum n-o să mă îmbogățesc" – fesele și coapsele devin flasce.

Dacă spui cu răutate *„o să vedeți voi de ce sunt eu în stare"* –apare celulita. Atunci, într-adevăr, totul se vede perfect. Bazele se pun acolo unde răutatea este cea mai arzătoare. Cel mai adesea pe coapse și pe fese, întrucât pentru omul contemporan munca este un mijloc de autoafirmare. Omul își dovedește valoarea prin muncă.

Bunătatea poate fi măsurată şi cântărită prin răutate

Răutatea este stresul care consumă cea mai multă energie.

Trupul are nevoie de hrană. De obicei oamenii nu ştiu de ce s-au enervat. Trebuie să te gândeşti la ceea ce te-a enervat. Nu vor să-şi amintească şi se apucă să mănânce. Dacă simţiţi că sunteţi sătul şi totuşi mai vreţi să mai mâncaţi, înseamnă că aveţi o răutate împotriva acelora care nu vă acceptă bunătatea. Începeţi prin a vă ierta această răutate. Iertaţi-vă răutatea care vă face să vă simţiţi mai presus decât ei. Iertaţi-vă răutatea faţă de cei care vă consideră inferiori numai pentru că sunteţi gras. Ei nu vă pot depăşi prin nimic altceva.

Cu cât vă veţi elibera mai energic de aceste stresuri, cu atât mai repede vi se va diminua pofta de mâncare. Stresurile dumneavoastră sunt cele care nu se satură niciodată. Ele au apărut să vă înveţe că binele pe care îl puteţi oferi va fi solicitat doar atunci când nu veţi mai vrea să dominaţi cu răutate. Când vă veţi elibera de ele, totul se va aranja de la sine. Ar fi mai bine să vă eliberaţi în permanenţă de stres şi nu doar în cazuri extreme.

Şi eu provin dintr-o familie de graşi pe linie feminină. Doar o mătuşă era puţin mai slabă. Tot timpul ea făcea câte ceva pe fugă, zorită de teama *să nu cumva să fie mai prejos decât vecinii*. Cu alte cuvinte, era stăpânită de frica *„nu voi mai fi iubită, dacă voi fi mai prejos decât alţii"*. Toată lumea o considera un om foarte bun, săritor, generos şi plin de viaţă. Neavând copii, s-a ocupat de copiii rudelor

sale şi de orfanii de război. Ulterior, toţi s-au îndepărtat de ea. Nu i-a învinovăţit şi nu le-a reproşat lipsa de recunoştinţă. Îşi făcea socoteli cum să fie mai bună decât alţii. Nevoia ei de a fi apreciată şi dorinţa de a se îmbogăţi s-au dovedit a fi atât de puternice, încât au dus-o în mormânt la vârsta de 54 de ani din cauza unui cancer la stomac. Jenată de faptul că ceilalţi o văd că nu se mai potoleşte, ea lucra noaptea, când tot satul dormea. Cancerul de stomac, dacă mai ţineţi minte, este o duşmănie îndreptată împotriva propriei persoane. Esenţa ei este următoarea: *indiferent cât aş munci, nu pot să obţin ce am nevoie.* În felul acesta, binele exagerat s-a transformat într-un rău exagerat.

Eu aş vrea foarte mult ca prin apariţia mea să ispăşesc păcatele (karma) acestei linii din neamul meu. Nu degeaba am apărut pe această lume. În plus faţă de karma neamului şi a familiei mele, mi-am asumat şi stresurile personale.

De exemplu, am simţit recent că povara muncii mele este atât de grea, încât nu mai vreau să mai am de-a face cu oameni care nu vor să înţeleagă, şi cu oameni care au strâns în ei atâta răutate, încât nu văd şi nu aud nimic, ci doar o ţin pe-a lor. Pe măsură ce enervarea mea creştea, atrăgeam şi mai mult spre mine genul acesta de oameni. Greutatea mea rămânea şi ea stabilă.

Am încercat să mă amăgesc muncind. Când munceşti toată ziua, nu-ţi mai arde de mâncare. Şi eu munceam, nu cântam, cât era ziulica de mare. Dar nici ne mâncând nu am slăbit. Dimpotrivă, când ajungeam seara acasă şi de curiozitate mă cântăream, constatam că iarăşi am luat în greutate. Năucă de oboseală şi încercând să-mi înăbuş nervozitatea pentru a nu-mi tulbura familia, mă prăvăleam pe un scaun şi într-un sfert de oră înghiţeam toată porţia pe o zi.

Ştiu că mâncarea nemestecată cât trebuie favorizează acumularea grăsimii. Cunosc şi faptul că afirmaţia, tipică pentru oamenii graşi, – *eu nu mănânc mult* – nu este adevărată. Persoanele grase mănâncă foarte mult într-un timp scurt. Pot să stea şi nemâncaţi, stratul de grăsime le permite acest lucru, dar nu mult timp. Corpul lor asimilează toate caloriile, nu lasă nimic, căci cum altfel ar putea aceşti oameni să lupte pentru un viitor luminos?

După înfăţişare eu sunt un om bun, sunt liniştită, binevoitoare, ajut cu abnegaţie pe cei aflaţi în suferinţă. O povară excesivă îl înrăieşte pe orice om. A munci în exces în plan fizic nu înseamnă altceva decât că vrei să fii iubit de ceilalţi. Nu m-a ajutat nici măcar faptul că ştiam că răutatea îngraşă, deşi în fiecare zi mă eliberam de răutate. Cu cât mă eliberam mai mult, cu atât povara pe care o luam asupra mea la serviciu, era şi mai mare. Mă biciuia teama că *nu voi mai fi iubită dacă nu-i ajut pe toţi cei care au nevoie.* Când le arăt oamenilor că gândurile lor nu sunt corecte, ei îmi răspund: „*N-am gândit aşa*". Nici eu n-am gândit şi n-am procedat bine. Trebuie să te gândeşti la gândurile tale pentru ca nu cumva dintr-un gând frumos să se nască o faptă urâtă.

Într-o dimineaţă mă trezesc cu o durere puternică în spate. Mă privesc şi văd o răutate faţă de cei care nu doresc să primească această minunată înţelepciune Divină, al cărei intermediar am fericirea să fiu eu şi pe care o propovăduiesc cu tot focul inimii. Acest lucru era echivalent cu faptul că ei nu mă înţeleg, nu mă iau în considerare, deci nu mă iubesc. Dorinţa de a le întoarce spatele, de a nu-i mai vedea, de a trece mai departe, de a fi mai presus ca ei, numai să mă lase în pace, m-a trezit în acea dimineaţă ca să-mi spună: *„Dacă n-o să faci ceva, astăzi vei avea o zi grea. Dacă nu mă eliberezi, atunci se va întâmpla ceva mai îngrozitor decât luarea în greutate".*

Am ştiut că aşa este. Am început să iert din tot sufletul acest stres şi să-i cer şi eu lui iertare că l-am cultivat atât de mulţi ani. Căci el exista în mine din copilărie sub formă de frică şi dispreţ faţă de prostia omenească. Cu trecerea anilor el s-a complicat, reflectând specificul vremurilor, însă esenţa a rămas aceeaşi. Aceeaşi răutate m-a inspirat să studiez tot ceea ce există în lume –aceasta este partea ei pozitivă. Timp de o jumătate de oră, am vorbit cu stresul meu ca şi cum aş fi vorbit cu cineva de la care ai ce învăţa, de la care ai de ce să-ţi ceri iertare şi care sub nici o formă nu îmi vrea răul, ci încearcă, în măsura posibilităţilor, să mă ajute, dar ale cărui semnale eu le-am ignorat.

Prostia omenească este demnă de dispreţ – aşa considerăm cu toţii. Sau nu sunteţi de acord cu mine? Ar fi îngrozitor dacă prostia ar fi pusă la loc de cinste! Înainte şi eu gândeam la fel.

Dar acum nu mai gândesc aşa. Dacă cineva vrea să fie prost, are tot dreptul. Eu m-am eliberat prin iertare de gândurile mele greşite şi durerea a dispărut. Am văzut în faţa mea răutatea care se găsea sub forma unei linişti înţelepte şi nobile şi i-am mulţumit pentru faptul că încă o dată m-a făcut mai deşteaptă.

A urmat cea mai grea zi din toată istoria activităţii mele de terapie alternativă. Nu mi se întâmplase până atunci ca într-o singură zi să mă aflu faţă în faţă cu un număr atât de mare de materialişti supăraţi, de bolnavi apatici, de nihilişti absoluţi şi de oameni care îl urau pe Dumnezeu şi îşi urau părinţii.

Mi-am cufundat privirea în ei cu o atenţie calmă şi nu m-a afectat deloc faptul că ei nu aveau intenţia să creadă

ceea ce le spun. Pur şi simplu ştiam că urma ca ei să mai înveţe prin suferinţă şi îmi părea rău să le-o spun cinstit. Era o adunătură de oameni nemulţumiţi, a căror exigenţă faţă de lume îi îmbolnăvise grav, iar acum, se întorseseră automat împotriva mea, deoarece nu se vindecaseră imediat şi fără nici un fel de condiţii, pentru ca să poată să-şi înfăptuiască răul lor şi în continuare.

Ştiam ce nu le convenea, totul era problema lor personală.

Mulţumită liniştii mele sufleteşti, spre sfârşitul consultaţiei jumătate dintre ei şi-au şi recăpătat capacitatea de a raţiona şi o atitudine activă. Gheaţa fusese spartă.

Eram fericită că toată ziua nu simţisem, măcar o dată, vreun pic de animozitate, iar seara m-am simţit foarte vioaie. Eram încântată de forţa stării mele de spirit, de noul meu mod de a fi. Senzaţia de oboseală cruntă care se acumulase de multe luni, dispăruse: Mă eliberasem de răutatea faţă de proştii care nu vor să înveţe. Din ziua aceea mi-a dispărut pofta nestăpânită de mâncare, pe care o aveam seara.

Dacă mă veţi întreba acum de ce mă supăr, din moment ce ştiu ce se poate şi ce nu se poate, vă spun în secret: totuşi sunt şi eu un om, iată de ce. Vrem sau nu vrem, trăim într-un câmp comun care ne influenţează pe toţi. Eliberarea de negativitate este o muncă imensă şi serioasă, mai ales atunci când omul şi-a închinat toată activitatea în slujba binelui celorlalţi.

Cine ştie să se elibereze de absolut toate stresurile şi, prin aceasta, de toate emoţiile, acela îşi pierde corpul fizic. Şi aceasta nu va fi neapărat moartea. Dar, despre această temă vom vorbi în altă carte.

Omul nu este obligat să fie lipsit de negativitate; negativitatea şi pozitivitatea lui trebuie să se echilibreze astfel încât să aibă loc o permanentă transformare a răului în bine.

Nu trebuie să ne ruşinăm de negativitatea noastră, dar nici nu trebuie s-o fluturăm cu mândrie în faţa întregii lumi. Trebuie să o recunoaştem şi să o eliberăm, întrucât ea constituie lecţia noastră de viaţă care, indiferent că am trăit zeci de vieţi anterioare, a rămas încă neînvăţată.

Vă reamintesc şi repet: orice om este suma dintre tatăl şi mama lui. Îngrăşarea este o problemă a ţesuturilor moi. Se îngraşă uşor oamenii ai căror mame au acumulat în ele o mulţime de stresuri şi care duc o luptă nemiloasă cu viaţa. Conform legilor vieţii, totdeauna unul se desprinde şi o ia înainte, iar altul rămâne în urmă. Cel care rămâne în urmă doreşte cu ardoare să ajungă în faţă, iată de ce sexul feminin se străduieşte din toate puterile să ţâşnească în faţă măturându-i din drum pe aceia care îi stau în cale.

Întrucât noi singuri ne alegem mama, noi apărem pe această lume ca să învăţăm, în afară de multe alte probleme, şi cum să atingem greutatea normală. Dacă nu aţi învăţat încă, atunci începeţi chiar acum. Înainte de toate începeţi să vă eliberaţi prin iertare de răutatea că *„în viaţă nu este totul aşa cum vreau eu"*.

Unui materialist îi va fi greu să înţeleagă cum se poate vindeca prin gânduri, întrucât acest lucru nu i s-a predat la şcoală. Noi toţi, unii într-o măsură mai mare, alţii într-una mai mică, suntem prizonierii materialismului. Dar şi materialistul are o calitate remarcabilă – el învaţă pe de rost tot ceea ce este raţional şi logic, dacă are un scop de urmat.

Un sătean mi-a spus odată zâmbind ironic:

„Bună cărticică, totul e scris bine, o citeşti şi îţi place. Am citit cinci pagini şi am adormit. Sufletul se linişteşte, sănătatea se îmbunătăţeşte cu adevărat, dar în ceea ce priveşte problemele economice, nu există să mi se umple buzunarul, dacă eu mă eliberez de frica legată de bani. De răutatea că nu pot să-mi cumpăr un tractor din cauza căderii economice a statului, hai că aş putea să mă eliberez". După părerea lui, nu are rost ca doi oameni buni (el şi eu) să se certe, cu atât mai mult cu cât o discuţie şi un schimb de gânduri plăcute pot să influenţeze în bine sănătatea.

Un materialist înfocat începe întotdeauna să gândească; el se îndoieşte, dar nu neagă. Forţa voinţei, determinarea lui sunt de admirat. Întrucât sănătatea i s-a îmbunătăţit, el a decis că nu ar fi rău să-şi îmbunătăţească şi situaţia financiară. Se poate şi risca, nu ştii niciodată de unde sare iepurele. Sănătatea, iată, s-a îmbunătăţit, aşa că, ce-ar fi să... Cum s-o fi desfăşurat lupta lui interioară cu el însuşi, rămâne taina lui. Data următoare el mi-a spus: *„Uite că nu aş fi crezut că un şoarece se poate băga el însuşi în labele unei pisici care doarme, dar acum cred. Important este ca creierul pisicii să nu doarmă".* După ce s-a eliberat de gândurile lui negative, omul a câştigat o sumă serioasă de bani.

Apropo, în viaţă nimic nu este etern. Totul se schimbă – binele în rău, răul în bine. Cine a fost înainte un mare materialist, are acum posibilitatea să devină mare în spirit. Cine se mişcă pe drumul fizic, acela se mişcă şi pe calea spirituală. Important este să ai răbdare să înveţi să meditezi asupra propriilor gânduri, căci numai aşa este posibil să evoluezi.

De la cel care nu crede şi care s-a înrăit, nu poţi aştepta nimic altceva decât pieirea.

Sunt nevoită în fiecare zi să subliniez că dacă vă eliberaţi cu adevărat de stres, o ofertă avantajoasă poate să se ivească chiar şi atunci când dormiţi. Oamenii care s-au eliberat de un stres economic concret, de exemplu, frica plus răutatea provocată de faptul că *nu-şi pot permite să-şi cumpere ceva foarte important*, pot descoperi brusc, cu uimire, că banii adunaţi nu numai că le-au ajuns pentru procurarea acelui obiect mult dorit, dar le-a mai şi rămas ceva.

Recent, eu însămi am făcut o mare cumpărătură cu o reducere de 60% întrucât eu cred în forţa iertării, cred în spiritul meu care mă conduce pe calea cea dreaptă atunci când îl deschid prin iertare.

Prin iertare eu mă deschid pe mine pentru mine însămi. Spiritul meu care vrea în mod constant să mă ajute, dar pe care eu îl încătuşez prin stresurile mele – sunt eu însămi.

Despre cei care fac rău

Bunii răi sau fals răi sunt oamenii al căror rău este îndreptat spre afară şi îl văd toţi. Reprezentanţii tipici ai acestei categorii sunt bărbaţii şi criminalii. Ei bine, fiecăruia dintre noi îi este cunoscută situaţia când cineva care îşi exprimă zgomotos revolta devine mai rău dacă îi spui că este rău.

Omul rău-intenţionat este acela a cărui frică *„nimeni nu mă iubeşte”* s-a transformat în răutate. Cu cât această frică este mai puternică, cu atât mai aprigă este lupta lui pentru existenţă şi cu atât mai mare răutatea. Apropo, aceşti oameni răi sunt toţi născuţi de nişte mame.

Cel mai agresiv devine cel mai timid. Întrucât oamenii nu ştiu că frica cea mai mare este aceea că *lumea nu mă iubeşte*, pe parcursul bătăliei ea se transformă în autoapărare răutăcioasă şi trec la atac : *„n-aveţi decât să nu mă iubiţi!”* Apare dorinţa de răzbunare. În momentele de furie, dorinţa de răfuială poate să răbufnească cu o asemenea forţă, încât să nu mai existe nici un fel de autocontrol. Urmează apoi violenţa la adresa persoanei care a fost cauza răutăţii. Prin aceasta răutatea nu face altceva decât să crească şi cu fiecare clipă care trece îi va fi tot mai uşor să se manifeste. Violenţa devine din ce în ce mai sângeroasă şi îl face pe om să comită crima premeditată.

Pe un om dezechilibrat poate să-l înfurie o remarcă supărătoare, o privire dojenitoare, o laudă a unui om băut sau o faţă neajutorată şi plânsă. Totul depinde de cât de mult a trebuit să sufere omul respectiv în viaţă.

În principiu, totul începe de la învinuire. Omul care suferă din cauză că este învinuit, devine atât de sensibil încât nici nu e nevoie de cuvinte, şi fără ele el îşi dă seama despre ce e vorba. Din acest motiv, fiecare dintre noi trebuie să-şi revizuiască propriile gânduri pentru a nu atrage răul asupra sa.

Cui îi este frică de criminal, pe acela criminalul trebuie să-l sperie.

Cine-l urăşte pe criminal, acela trebuie să sufere prin intermediul lui.

Dacă un bun rău ar înţelege că cu cât seamănă în jurul său mai mult rău, cu atât creşte binele lui ascuns, atunci ar dobândi sentimentul propriei sale demnităţi şi ar şti să găsească o cale de ieşire chiar şi dintr-o situaţie extremă, întrucât rezerva lui interioară de bine este foarte mare. După cum se ştie din thriller, un mare criminal este de obicei purtătorul unei mari iubiri. Ar fi de ajuns ca cineva să-l iubească cu adevărat! Din păcate, societatea îşi aminteşte de criminali doar atunci când îi convine – în cazul unui pericol deosebit, atunci când îi este milă să sacrifice viaţa unui om normal. O societate nemiloasă creşte ea însăşi criminalul ca apoi să se comporte cu el ca şi când ar fi un obiect.

Mi se reproşează uneori că sunt, chipurile, îngăduitoare cu criminalii. Fiecare este liber să gândească cum îi place. În realitate, eu i-am ajutat însă pe acei părinţi care nu au fost în stare să-şi înţeleagă copiii, să preîntâmpine transformarea lor în criminali. Prin intermediul meu se poate pătrunde în esenţa criminalităţii. Acei oameni, ai căror membri de familie, rude sau cunoştinţe au avut parte de o asemenea nenorocire, mă înţeleg mai bine decât ceilalţi. Ar fi bine dacă persoanele interesate s-ar apuca să se corecteze în mod conştient.

Pentru un criminal ar fi îndeajuns ca el să-şi direcţioneze energia în direcţia bună şi atunci dintr-un distrugător s-ar naşte un ziditor. Pentru aceasta este necesar, ca el să aibă unele cunoştinţe. Vreau să sper că cele expuse în această carte vor veni în ajutorul celor pe care oamenii buni nu vor să-i înţeleagă sub nicio formă.

Dacă criminalul şi-ar ierta răutatea că *pe el nu-l iubeşte nimeni* şi spaima că *nimeni nu-l iubeşte*, atunci ar atrage iubirea adevărată, pentru care nu are însemnătate nici opinia publică şi nici condamnarea generală. El ar găsi omul

pe care să-l iubească şi care l-ar iubi pe el, cel respins, aşa cum este el.

Fiecare om care se eliberează prin iertare de frica *nimeni nu mă iubeşte,* va putea simţi că este iubit. Poate să pară neverosimil, dar este adevărat.

Recent, nu puteam în nici un fel să-i explic această problemă a binelui şi a răului unui pacient din cale-afară de bun, care suferea de o boală foarte grea, şi m-a ajutat un exemplu simplu.

Dacă eu aş fi căzut într-o groapă unde nu ar putea ajunge nici un utilaj, ci doar omul, l-aş fi rugat pe Dumnezeu aşa: *„Dragă Doamne, te rog, trimite aici un criminal, trimite pe cel mai crunt recidivist! Indiferent cât ar fi de sumbru, de murdar şi de îngrozitor. Numai el mă poate salva de la moarte, fiindcă numai el nu şi-a irosit în vânt iubirea. Nu-mi trimite un binefăcător, eu vreau să trăiesc!"* Şi dacă el va apărea şi mă va scoate din groapă, iar eu, nerecunoscătoare, o să încep să scâncesc din cauză că mi-am rupt rochia, el să-mi tragă un pumn, să mă drăcuie şi să plece. Şi ar proceda corect! Dacă eu nu am înţeles până acum de ce am căzut în groapă, ar trebui să înţeleg de ce acum am o vânătaie sub ochi. Aşa învaţă criminalii lumea, dar lumea chiar şi cu un picior în prăpastie fiind, nu poate înţelege.

Cu cât scade mai mult numărul oamenilor echilibraţi, cu atât va creşte numărul celor dezechilibraţi. Cu cât binele vizibil este mai mare, cu atât este mai mare şi răul vizibil.

Numărul oamenilor buni creşte mereu, dar situaţia pe Pământ se înrăutăţeşte. Acum a sosit vremea ca cei răi să salveze Pământul. Numai unitatea contrariilor asigură echilibrul.

Criminalul de care are nevoie lumea nu piere. Un criminal extrem de negativ atrage el însuşi asupra sa pieirea. Fie de mâna legii, fie de arma unui confrate, sfârşitul tot şi-l va găsi.

Atâta timp cât criminalul este în viaţă, viaţa îl iubeşte şi pe el în aceeaşi măsură în care ne iubeşte pe noi, oamenii onorabili. Datoria noastră este să-i înţelegem măcar şi să medităm asupra greşelilor **noastre** care deschid calea către criminalitate.

Ce este crima?

Un bărbat de nestăvilit în furia lui este un om rău. Acest lucru este atât de evident, încât nimănui nu-i trece prin minte să dovedească contrariul. Metaforic vorbind, este un fel de hârdău plin cu răutate aruncat în faţa adversarului. Într-o asemenea situaţie nimeni nu vede că victima celui înfuriat şi-a atras ea însăşi asupra sa această încercare. Oamenii nu înţeleg că nu există întâmplare.

Aţi încercat vreodată să număraţi de câte sute de ori pe zi poate un om bun să bombăne, să bodogănească, să reproşeze, să facă aprecieri, să întrebe supărat: *„Asta de ce-i aşa? Asta de ce-i pe dincolo? De ce nu ai făcut aşa? De ce ăla nu a făcut pe dincolo? De ce asta e o prostie? De ce nu e bine?"* Şi aşa mai departe.

Observaţi pe câte tonuri pot fi puse aceste întrebări. Indiferent cum sunt puse - cu răutate, calm, revendicativ,

tăios, alarmat, plângăreţ, iritat, cu invidie, smiorcăit, posac, cu ură, caustic, ironic – în spatele tuturor acestor întrebări se ascunde o învinuire. Aceste nenumărate învinuiri, întocmai ca picăturile de apă, cad şi se adună formând o mare care inundă totul în jur, dar acest lucru omul bun nu-l vede. El vede doar acel hârdău plin cu răutate şi opinia lui nu poate fi zdruncinată.

Soldatul îşi omoară duşmanul cu o armă de foc. Moartea survine rapid, fără chinuri. Cel care învinuieşte, îşi omoară apropiaţii prin învinuiri, chinuindu-i zeci de ani.

Mai există încă o categorie de oameni buni (răi) – cei care se holbează la lume cu neîncredere, suspiciune şi spirit critic. Ei seamănă cu o apă care se prelinge încet pe o stâncă şi jos formează un lac liniştit, frumos, dar periculos. Ei se consideră oameni echilibraţi; de altfel aşa îi consideră şi ceilalţi, şi, totuşi, în prezenţa lor te simţi oricum, numai bine nu. Starea lor veşnic încordată ca un arc îi îmbolnăveşte atât pe ei cât şi pe cei din jur, în special pe membrii familiei. Când anume se va umple paharul suferinţelor fiecăruia dintre ei, aceasta este deja o altă problemă.

Părerea lor despre ei înşişi, ca şi părerea celorlalţi despre ei, este de nezdruncinat, ca o stâncă. Frecvent, aceste persoane fac tireotoxicoza – relaţia lor cu lumea, din care fac parte şi ei, este toxică, sau mai simplu spus, otrăvitoare. Dacă această răutate se amplifică, nişte ochi mari şi frumoşi – participanţi la comunicarea vizuală – pot, pe neobservate, să devină bulbucaţi. Acesta este un atac. O astfel de privire este greu de suportat.

Un gen de învinuire îl constituie şi aprecierea. *„Ce este rău în faptul că mi-am spus părerea?"* – se miră oamenii. *„Eu nu i-am vrut răul! El (ea) trebuie să se schimbe".* Cel care face aprecierea, trebuie să înţeleagă că ea este

subiectivă şi nu obiectivă. O apreciere negativă, fără un sfat constructiv, este o învinuire vulgară.

De exemplu, atunci când un profesor apreciază un elev pe baza cunoştinţelor lui, aceasta este o apreciere obiectivă. Foarte puţini dintre profesori sunt capabili să-şi păstreze obiectivitatea şi de aceea şcoala din ziua de astăzi este grea. Adesea, pentru copii, ea este un obstacol greu de învins, deoarece ei au devenit deosebit de sensibili. Problema nu este în programa de învăţământ, ci în nedreptate.

Acasă copiii se revoltă împotriva şcolii, iar la şcoală împotriva celor de acasă. A spune adevărul în faţă este o problemă complicată şi în plus copilul este o fiinţă lipsită de apărare. Fără profesori cum-necum te mai descurci, dar ce faci fără părinţi? De aceea profesorii nici nu îndrăznesc să deschidă gura în apărarea copiilor: armata părinţilor este mai numeroasă şi profesorul va suferi cu siguranţă o înfrângere. Părinţii înfierează şcoala cu mare plăcere, neînţelegând că fără şcoală, fără învăţătură, copiii devin în viaţă nişte nulităţi. Ambele părţi nu au destulă înţelegere şi comit destule greşeli.

Atâta timp cât există dreptul celui mai mare şi mai puternic, cei care suferă sunt cei mici. Dar încetişor ei vor creşte şi într-o bună zi vor începe, direct sau indirect, să se răzbune pe cei vinovaţi de suferinţele lor. Dar pe care dintre ei? Viaţa dovedeşte că elevii se răzbună mai rar pe profesori. Deşi micile năzbâtii ale elevilor au devenit azi mai crâncene, în general, despre şcoală se vorbeşte ulterior în termeni buni. În relaţiile cu părinţii se observă o tendinţă inversă.

Cauza bolilor copiilor o constituie familia. Şcoala doar le amplifică.

Una din cele mai dureroase forme de apreciere o constituie comparaţia. *„El este mai bun decât tine! De ce el poate fi bun, iar tu nu poţi?"* – i se spune copilului. După asemenea cuvinte el fie cade în depresie, fie începe să se revolte. Cel mai des, o astfel de comparaţie începe imediat după naşterea celui de-al doilea copil. Noul-născut este mai bun decât primul! Băiatul este mai bun decât fata! Copilul soţului actual este mai bun decât copilul fostului soţ! Copiii îndură de la părinţi o nedreptate şi o înjosire monstruoase. Ei sunt obligaţi să suporte acest lucru numai pentru că au venit pe lume ca să-i iubească pe aceşti părinţi şi să le corecteze greşelile. Lăsarea copilului pe planul doi poate deveni o sursă de gelozie care ulterior va strica relaţiile dintre surori şi fraţi. Copilul simte că aparţine unui sex mai puţin apreciat şi atitudinea lui faţă de sexul opus începe, sub influenţa răutăţii, să capete o formă denaturată. Din el va creşte un om care va înjosi sexul opus.

Copilul respins caută deseori moartea. Mi s-a întâmplat ca la consultaţie chiar şi unii micuţi de trei-patru ani să dea din cap afirmativ când le-am spus: *„tu, dragul meu, vrei să mori pentru că simţi că nu eşti iubit, pentru că ţi se spune că eşti rău chiar şi atunci când doreşti foarte mult să le faci bine celorlalţi, dar lor acest lucru nu le place"*. Copiii se consolează imaginându-şi scene în care se văd culcaţi în mormânt, ca în plânsul părinţilor să-şi găsească confirmarea faptului că aceştia îi iubesc.

Atunci când pe părinţi îi leagă iubirea, o astfel de situaţie este exclusă. Nu căutaţi defectele la copii, ci căutaţi-le în voi înşivă. Puneţi-vă în locul copilului şi numai atunci să spuneţi dacă lui îi este uşor. Pentru a judeca nu ai nevoie de minte, ci trebuie să încerci să înţelegi. Nu există un sentiment mai îngrozitor decât acela că nimeni nu are nevoie de iubirea ta şi că nimeni nu are nevoie de tine. Copiii trebuie să simtă iubirea la fiecare pas. Părinţii ţin minte momentele când ei au fost tandri, dar nu ţin minte momentele când l-au împins, l-au dat la o parte. A cere iertare de la copil li se pare inutil, chiar înjositor.

Când se află în stare de stres chiar şi cel mai bun om nu se mai înţelege nici el pe el şi nu-i mai înţelege nici pe ceilalţi. Poate avea alături un tovarăş de viaţă înţelegător, care gândeşte corect şi se eliberează de stresuri, dar el fiind stresat îşi cultivă intens sentimentul de vinovăţie şi la atingerea punctului critic începe chiar să-i fie silă de liniştea paşnicei sale jumătăţi.

Dacă, dorind să-şi manifeste interesul şi grija plină de iubire, consoarta îl întreabă: *„unde te duci?"*, celălalt răspunde: *„Trebuie să-ţi dau ţie socoteala?"* Şi trecând la un ton răspicat va enumera demonstrativ toate treburile şi planurile pe care le are. El înţelege că provoacă scandal, dar în acelaşi timp doreşte şi nu doreşte să se certe.

Cu un zâmbet forţat, lasă să se înţeleagă că ar vrea să meargă la o expoziţie, dar celălalt are deja ochii în lacrimi. Din cauza sentimentului crescut de vinovăţie, primul caută un vinovat şi fiecare cuvânt care i se spune consideră că e o învinuire. La rândul său, celălalt, din cauza stresului că nu este iubit, a devenit atât de temător încât nu mai vrea să dea ochii cu nici un om care ar putea să îl învinuiască. Nici o parte, nici cealaltă nu este în stare să înţeleagă ce se întâmplă şi zidul dintre ei devine şi mai gros.

Până când nu se eliberează amândoi de sentimentul de vinovăţie, ambii vor fi circumspecţi. Circumspecţia este o frică, iar frica atrage acel ceva de care ţi-e frică. În final,

sufletul va fi de fiecare dată rănit. Nişte cuvinte bune pronunțate pe un ton de învinuire, devin învinuire. Scuzele şi o evaluare a situației pot diminua durerea apărută.

Dacă acest lucru nu este făcut, atunci apare un moment în care cel care a învinuit va cunoaşte pe propria piele ce înseamnă să fii învinovățit fără motiv.

Când le spui soțului şi soției că au făcut o greşeală, reacția lor este diferită: Soțul gândeşte: *„Ce am făcut?"* Soția gândeşte: *"Ce mi-a făcut?"*

Dacă soțul se va elibera de sentimentul de vinovăție, nu va mai fi învinovățit. El nu mai are nevoie să caute justificări care să se transforme în învinuiri. Dacă soția se eliberează de sentimentul de vinovăție, natura ei de învinuitoare va înceta să mai caute cusururi soțului şi întregii lumi. Şi atunci în sufletul amândurora va domni liniştea.

Când omul simte că celălalt este mereu nemulțumit de el, grija, duioşia şi tandrețea lui se tocesc. El se simte vinovat că nu ştie să facă lucrurile cum i-ar plăcea celuilalt. În final apare reacția de apărare sub forma spiritului de contradicție, de împotrivire, de agresiune. Adeseori se spune: *„Eu am fost bună cu el, iar el..."* Îmi cer scuze, dar aceasta este părerea dumneavoastră. Nu cumva ați fost bună cu el, ca şi el să fie la rândul lui bun cu dumneavoastră? Ați negat iubirea ca apoi să cereți să fiți răsplătiți. Gândiți-vă şi corectați-vă greşelile, măcar pentru dumneavoastră înşivă, ca să vă vindecați în mod înțelept de durerea sufletească şi să nu vă bazați numai pe faptul că timpul le vindecă pe toate.

Deşi proverbul spune că timpul vindecă rănile, dacă ne gândim la sensul acestor cuvinte, atunci timpul ne oferă doar timp. Timpul în sine nu poate face nimic altceva. Puteți să încercați să înăbuşiți durerea sufletească, obligându-vă să nu vă mai gândiți la ce a fost, dar aceasta nu este vindecare, ci autoînşelare.

Stresul – componentă a vieții

Tot ce există pe lume are două fețe. Şi gândul la fel. Sentimentul de vinovăție este bun atâta timp cât nu depăşeşte limitele sentimentului de responsabilitate care îl determină pe om să meargă înainte. Răutatea este bună atâta timp cât din ea izvorăşte forța de apărare a vieții. Le numim stresuri pozitive.

Ne-am obişnuit să considerăm stres tot ce este negativ. Frica *„nimeni nu mă iubeşte"* blochează rațiunea. Omul îşi pierde capacitatea de a gândi şi se formează în el un lanț de stresuri cu efect de avalanşă – sentimentul de vinovăție creşte şi se transformă într-o dorință pătimaşă, iar ea, la rândul ei, se transformă în răutate până când vine pieirea.

Sentimentul de vinovăție îl face pe om slab şi receptiv la rău.

Frica atrage răul.

Răutatea distruge.

Sentimentul de vinovăție este stresul inimii. Dacă cineva a făcut în viață ceva greşit sau nu a făcut ce trebuia sau a lăsat o greşeală necorectată, în sufletul lui apare un inexplicabil sentiment de vinovăție. Dacă nu se va elibera

de acest sentiment de vinovăţie, va atrage asupra sa învinuirea.

„Mă doare sufletul şi am o povară pe inimă, simt că mă sufoc" – spune un asemenea om. Aceasta înseamnă că sentimentul de vinovăţie s-a aşezat ca o greutate pe inimă şi circulaţia sângelui se încetineşte.

Care este destinaţia sângelui?

Sângele alimentează celulele şi elimină reziduurile în organele de evacuare. Odată cu încetinirea circulaţiei sângelui se reduce atât procesul de alimentare cât şi cel de purificare.

Nemaifiind alimentată, celula moare şi trebuie scoasă din corp. Circulaţia sângelui fiind încetinită, acest proces este îngreunat. Corpul începe să acumuleze tot mai multe reziduuri. Ne putem trata cu cele mai bune medicamente din lume, cu cele mai bune detoxifiante naturale, putem să devenim vegetarieni, dar dacă sentimentul de vinovăţie creşte, nimic nu ne poate ajuta.

Pentru a fi mai clară, voi da un exemplu banal – dacă murdăria curge cu viteză prin ţevile de canalizare, acestea rămân curate; dacă ea curge încet, ţevile se vor înfunda. Acesta este simplul adevăr despre bolile cardiovasculare, iar numărul celor bolnavi creşte vertiginos.

Sub presiunea vinovăţiei, omul oboseşte repede, îi scade capacitatea de a munci, devine indiferent faţă de muncă şi de viaţă. Îi scade rezistenţa la suprasolicitări şi apare boala. Dispare interesul faţă de viaţă, viaţa îşi pierde sensul şi apare depresia. Este momentul cel mai potrivit pentru apariţia fricii. Frica este pentru om cel mai cunoscut stres. Ea apare, ca un prieten, pentru a te avertiza: *„Mai poţi să schimbi ceva. Încă mai e posibil să te salvezi de la pieire."*

Dacă şi acest avertisment este ignorat, apare răutatea care începe să distrugă. Aşa cum am spus deja, răutatea este stresul cel mai perfid. Mijlocul prin care se realizează un scop, în aparenţă bun, este răutatea, pe care n-o numim răutate.

„Urăsc această viaţă, nu-mi aduce decât suferinţe. S-a ales praful de cele mai minunate planuri ale mele." – mi-a spus o femeie extrem de reţinută. Ea considera că are dreptul la tot ce doreşte. Soţul ei, om tânăr, a murit subit de infarct. Acum îi murea de leucemie copilul, singurul ce-i mai amintea de soţul ei, copilul, în care ea îşi pusese toate speranţele.

Dacă omul vrea să primească mult, dar nu vrea să dea nimic, va pierde tot.

Dacă femeia îşi învinuieşte soţul că nu este capabil să-şi întreţină familia şi să o iubească, capul familiei va dispărea împreună cu iubirea lui. Dacă dorim ca cineva numai să dea, nu va ieşi nimic – el pur şi simplu va părăsi familia şi adesea şi viaţa. Acum, consumatorul rămas singur poate să înveţe de la viaţă.

Lupta permanentă pentru putere – necesitatea de a fi mai presus de alţii, începe, de regulă, de la învinuire. După cum aţi văzut, oamenii învinuiesc chiar viaţa, fără să-şi dea seama că acest lucru se petrece din cauza unei gândiri incorecte.

Omul se învinuieşte tot mai mult pe sine însuşi. Autoflagelarea distruge ţinta cel mai bine, ca un lunetist, fiindcă nimeni nu ştie mai bine care sunt punctele vulnerabile decât persoana în cauză. Această problemă se referă în special la cei care au un complex de inferioritate ce nu le permite să se afirme. Înecându-şi amarul în alcool, ei depăşesc măsura şi dorinţa lor de a-şi apăra propria demnita-

te crește și se transformă în egoism. Indiferent câtă avere au, ei reduc viața la bunăstarea materială. Așa se face că, stând la aceeași masă, și săracul și bogatul își îneacă în votcă aceleași necazuri și apoi, fără să se vorbească, se duce fiecare la casa lui și începe să se lege de nevastă și de copii. Cineva trebuie să fie vinovat! În felul acesta, același stres îi face să se comporte la fel, chiar dacă nu au același nivel de educație și de bunăstare. Cu cât poziția socială ocupată anterior era mai înaltă, cu atât cad mai mult.

În Estonia, 80% dintre sinucigași sunt bărbați. Pentru ei, rolul de judecător este jucat de autoflagelare. Ei se învinovățesc că n-au știut să dea vieții ce le cerea ea. Setea de câștig le-a stins lumânarea vieții. Dacă ar fi știut să se elibereze de sentimentul de vinovăție, tragedia ar fi putut fi evitată.

Învinuirea este o armă tactică puternică, venită din subconștient. Îi poate rezista cu calm și fără durere numai o persoană care s-a eliberat de sentimentul de vinovăție și este liniștită sufletește. Numai o astfel de persoană poate privi liniștită în ochii celui care o învinovățește și să-i urmărească gândurile. Deseori, oamenii încearcă să mă convingă că nu pun la suflet învinuirile ce li se aduc, că nu au un sentiment de vinovăție din moment ce știu că nu sunt vinovați.

Dacă vă dau lacrimile, dacă v-ați supărat, dacă, mâhnit fiind, ați spus *„cum este posibil"*, dacă ați tremurat de frică, sau ați simțit dorința de a lovi sau de a plăti într-un fel, în oricare din aceste cazuri învinuirea și-a atins scopul. Recunoașteți acest lucru pentru ca să puteți să vă iertați frica și răutatea față de cei care v-au învinuit. Dumneavoastră înșivă le atrageți. Inima dumneavoastră vă cere

ajutor. Dacă nu veți recunoaște, veți începe deja să vă învățați lecția prin suferințe.

Nu vă negați stresurile. Nu spuneți că sunteți destul de sănătoși și de puternici ca să rezistați în fața tuturor greutăților vieții. S-ar putea ca inima dumneavoastră să-și fi epuizat resursele și este suficient un acces de răutate pentru a vă întâlni cu strămoșii.

Cine învinuiește conștient, este asemenea unui lunetist care țintește direct în inimă și se bucură văzând cum se prăbușește adversarul. Învinuirea fără nici o bază are o acțiune distrugătoare. Ea îl poate ucide pe un om de bună credință, inimos. În orice ceartă în familie, învinuirea este arma cea mai obișnuită pentru a ucide.

Totdeauna cel care învinuiește, se simte el însuși vinovat. Cel care învinuiește cel mai mult, acela se simte cel mai vinovat. Frica de a fi învinovățit îl face să atace el. Nu știe însă că pentru orice faptă răsplata este dublă.

Sistemul judiciar de stat este și el construit pe învinuire, o învinuire bine gândită și temeinică. O persoană care aduce cu ea, din viețile anterioare, un puternic sentiment de vinovăție, va fi foarte ușor de învinuit la tribunal, chiar și atunci când nu are nici o vină. Cine este vinovat de această nenorocire? Victima a atras asupra sa (fără să știe) acest necaz din cauza sentimentului ei de vinovăție, iar judecătorul (tot fără să știe) i-a pus la dispoziție o lecție de viață. De aceea trebuie să vă eliberați de acest sentiment de vinovăție și atunci nu veți mai fi învinuit și nici dumneavoastră nu veți mai învinui niciodată pe alții. Niciodată și nicăieri.

La tribunal, sarcina cea mai grea o are acuzatorul. Dacă obiectivitatea lui se află sub imperiul emoțiilor, procesul nu-și va urma calea normală. Va suferi și criminalul,

te creşte şi se transformă în egoism. Indiferent câtă avere au, ei reduc viaţa la bunăstarea materială. Aşa se face că, stând la aceeaşi masă, şi săracul şi bogatul îşi îneacă în votcă aceleaşi necazuri şi apoi, fără să se vorbească, se duce fiecare la casa lui şi începe să se lege de nevastă şi de copii. Cineva trebuie să fie vinovat! În felul acesta, acelaşi stres îi face să se comporte la fel, chiar dacă nu au acelaşi nivel de educaţie şi de bunăstare. Cu cât poziţia socială ocupată anterior era mai înaltă, cu atât cad mai mult.

În Estonia, 80% dintre sinucigaşi sunt bărbaţi. Pentru ei, rolul de judecător este jucat de autoflagelare. Ei se învinovăţesc că n-au ştiut să dea vieţii ce le cerea ea. Setea de câştig le-a stins lumânarea vieţii. Dacă ar fi ştiut să se elibereze de sentimentul de vinovăţie, tragedia ar fi putut fi evitată.

Învinuirea este o armă tactică puternică, venită din subconştient. Îi poate rezista cu calm şi fără durere numai o persoană care s-a eliberat de sentimentul de vinovăţie şi este liniştită sufleteşte. Numai o astfel de persoană poate privi liniştită în ochii celui care o învinovăţeşte şi să-i urmărească gândurile. Deseori, oamenii încearcă să mă convingă că nu pun la suflet învinuirile ce li se aduc, că nu au un sentiment de vinovăţie din moment ce ştiu că nu sunt vinovaţi.

Dacă vă dau lacrimile, dacă v-aţi supărat, dacă, mâhnit fiind, aţi spus *„cum este posibil"*, dacă aţi tremurat de frică, sau aţi simţit dorinţa de a lovi sau de a plăti într-un fel, în oricare din aceste cazuri învinuirea şi-a atins scopul. Recunoaşteţi acest lucru pentru ca să puteţi să vă iertaţi frica şi răutatea faţă de cei care v-au învinuit. Dumneavoastră înşivă le atrageţi. Inima dumneavoastră vă cere

ajutor. Dacă nu veţi recunoaşte, veţi începe deja să vă învăţaţi lecţia prin suferinţe.

Nu vă negaţi stresurile. Nu spuneţi că sunteţi destul de sănătoşi şi de puternici ca să rezistaţi în faţa tuturor greutăţilor vieţii. S-ar putea ca inima dumneavoastră să-şi fi epuizat resursele şi este suficient un acces de răutate pentru a vă întâlni cu strămoşii.

Cine învinuieşte conştient, este asemenea unui lunetist care ţinteşte direct în inimă şi se bucură văzând cum se prăbuşeşte adversarul. Învinuirea fără nici o bază are o acţiune distrugătoare. Ea îl poate ucide pe un om de bună credinţă, inimos. În orice ceartă în familie, învinuirea este arma cea mai obişnuită pentru a ucide.

Totdeauna cel care învinuieşte, se simte el însuşi vinovat. Cel care învinuieşte cel mai mult, acela se simte cel mai vinovat. Frica de a fi învinovăţit îl face să atace el. Nu ştie însă că pentru orice faptă răsplata este dublă.

Sistemul judiciar de stat este şi el construit pe învinuire, o învinuire bine gândită şi temeinică. O persoană care aduce cu ea, din vieţile anterioare, un puternic sentiment de vinovăţie, va fi foarte uşor de învinuit la tribunal, chiar şi atunci când nu are nici o vină. Cine este vinovat de această nenorocire? Victima a atras asupra sa (fără să ştie) acest necaz din cauza sentimentului ei de vinovăţie, iar judecătorul (tot fără să ştie) i-a pus la dispoziţie o lecţie de viaţă. De aceea trebuie să vă eliberaţi de acest sentiment de vinovăţie şi atunci nu veţi mai fi învinuit şi nici dumneavoastră nu veţi mai învinui niciodată pe alţii. Niciodată şi nicăieri.

La tribunal, sarcina cea mai grea o are acuzatorul. Dacă obiectivitatea lui se află sub imperiul emoţiilor, procesul nu-şi va urma calea normală. Va suferi şi criminalul,

vor suferi şi judecătorii. Cine îşi recunoaşte greşelile, primeşte o pedeapsă mai uşoară. Cine rămâne cinstit faţă de sine însuşi, primeşte cea mai uşoară pedeapsă, pe care alţii s-ar putea să nici nu o observe. Trebuie să înţelegem că noi trăim în primul rând pentru noi înşine.

Învinuirea poate fi şi de alt tip. De exemplu, cineva cade pe stradă şi se loveşte, sau îl muşcă un câine. Bietul om nu ştie că astfel de necazuri sunt atrase de răutate şi începe să se văicărească: *„Vai de mine, uite ce-am păţit! Puteau şi ăştia să repare drumurile şi să ţină câinii legaţi. Nu-i pasă nimănui de oamenii bătrâni...”* Astfel de văicăreli, care pot să dureze ore în şir, nu înseamnă altceva decât căutarea vinovaţilor. Toţi sunt vinovaţi, în afară de cel care a păţit-o.

Câtă vreme toţi sunt vinovaţi, va fi o armonie generală. Dar ia să îndrăznească un imprudent să-i spună: *„Puteai şi tu să te fereşti”*, că imediat „victima” ia foc şi fraternitatea de până atunci poate degenera în ceartă. Dacă nu se ajunge la un schimb de cuvinte tari, cei doi se vor acuza reciproc de nerecunoştinţă, de lipsă de înţelegere sau de cruzime.

Când omul este enervat, îl irită până şi cel mai mic zgomot, foşnetul unei hârtii, bâzâitul de muscă, o melodie care nu-i place, faptul că un obiect stă acolo şi nu dincolo. Variaţiile sunt infinite. Stresurile au proprietatea de a se acumula ca o avalanşă şi nimeni nu mai înţelege nimic.

Ce folos dacă după o consultaţie complexă medicul decide că persoana respectivă nu are nimic la inimă şi că este sănătos, iar peste câteva zile, săptămâni sau luni el face un infarct? Boala a fost atrasă de frica de a fi vinovat. Dacă în adâncul sufletului său omul începe să se justifice, să caute vinovaţi şi să-i acopere de dispreţ, să caute speriat

o cale de ieşire sau să-şi imagineze scene de coşmar legate de viitor, toate acestea duc la distrugere.

Într-un fel sau altul, sentimentul de vinovăţie duce la îmbolnăvirea inimii. La început este doar o oboseală, dorinţa de a se odihni mai mult, dar parcă înadins omul munceşte şi mai mult; se adaugă apoi o senzaţie de greutate în piept, dar nici acestui lucru nu i se dă atenţie, apoi deschide geamurile pentru a putea respira aer curat şi dă vina pe poluarea atmosferei. Se obişnuieşte cu senzaţia de greutate, că doar nu e durere. Nimeni nu bagă de seamă că deja inima funcţionează mai puţin eficient.

Genul acesta de om nu mai poate face atâta bine cât ar fi dorit. E nemulţumit de el însuşi că nu este în stare să-şi servească pe deplin familia şi societatea.

Încetul cu încetul se adaugă învinuirea care începe să-i dea motiv pentru a învinui şi el pe alţii. Forţele continuă să i se topească.

Începe să-şi dea ghes, să se tonifice, să se agite, să se grăbească, să muncească suplimentar. La început pare că situaţia s-a schimbat, dar este doar o aparenţă.

Scopul vieţii este de a merge în viitor. Cine se teme de viitor, se străduieşte din răsputeri ca acum să realizeze cât mai mult şi cât mai rapid. Creşte frica *„n-o să reuşesc”*, dar şi sentimentul de vinovăţie că *„n-o să reuşesc”*şi într-unul dintre momentele critice apare autoapărarea – încăpăţânarea, împotrivirea, răutatea evident exprimată.

Oamenii trebuie să înţeleagă că nevoia de a merge înainte este în primul rând o nevoie a spiritului. Necesitatea fizică este doar o reflectare a mişcării spiritului. Dacă noi, înţelegând esenţa vieţii, vom ţine seama de necesităţile fizice ale corpului nostru şi le vom satisface în mod raţional, viaţa noastră va fi echilibrată şi mersul înainte va fi rapid

şi uşor. Realizările se vor înmulţi şi vor deveni optime. Şi atunci şi sănătatea noastră va fi bună.

Dacă însă, în goană după bunăstare materială, ne îmbolnăvim, înseamnă că am primit un semnal de la corpul nostru că nu procedăm bine. El nu ne ascultă explicaţiile de genul: *„alţii vor, altora le trebuie, alţii pretind, eu fac doar bine"*. Dacă ne-am îmbolnăvit, înseamnă că am făcut rău.

Noi nu ştim să gândim corect, nu ştim să muncim corect, nu ştim să ne stabilim corect scopurile, nu ştim să trăim corect, fiindcă nu ne cunoaştem pe noi înşine.

Fiecare spirit trudeşte neîncetat pentru binele real din lume. Dacă omul, cu gândirea sa eronată, nu ştie ce face spiritul, nu ştie că există un ajutor permanent şi că trebuie doar să te foloseşti de el, atunci aspiră în el sentimentul de vinovăţie care va căuta o cale de ieşire pentru a nu ajunge să se transforme într-o luptă înrăită pentru bine.

Iar spiritul aşteaptă şi propune cu bunăvoinţă o rezolvare mai simplă.

Cine învaţă să gândească corect, acela încetează să mai fie doar un păstor care goneşte animalele cu biciul.

Un om înţelept este precum conducătorul care merge în capul turmei.

Despre alimentaţie şi exces

Hrana compensează pierderea energiei pozitive a corpului. Ea echilibrează energia negativă intrată în corp şi prin aceasta nu lasă corpul să piară. Să ne reamintim – energie negativă înseamnă sentimentul de vinovăţie, frica şi răutatea.

Pofta de a mânca anumite feluri de mâncare şi anumite produse apare ca o tendinţă subconştientă de a compensa lipsa de energie.

Dacă raţiunea dumneavoastră încă nu s-a deschis, fiţi atenţi la semnalele pe care vi le dă corpul şi învăţaţi cu ajutorul lor să gândiţi şi să deosebiţi stresurile.

Pofta de mâncare este informaţia despre ceea ce se întâmplă în organismul dumneavoastră. Este simplu.

Dacă vă place să mâncaţi **acru**, înseamnă că sentimentul dumneavoastră de vinovăţie mai cere încă o porţie. Dacă nu vă veţi elibera de acest sentiment şi veţi continua să mâncaţi acru, va veni ziua când el va căpăta dimensiuni uriaşe, va deveni un pericol mortal şi de data aceasta veţi deveni cel care învinuieşte. Atunci n-o să vă mai placă acrul, ci dulcele.

Dacă simţiţi o dorinţă irezistibilă de a mânca **dulce**, înseamnă că vă este foarte frică. Frica cere şi mai mult dulce. Consumul de dulce oferă o stare plăcută de linişte şi de aceea, pe neobservate, el va deveni un mijloc de autocalmare. Marii amatori de dulciuri îşi cultivă fricile. Frica îl obligă pe om să se salveze de rău prin fugă. Fără să renunţe la dulciuri, el se pune pe alergat cu şi mai mare plăcere. În felul acesta îşi arde caloriile. Cine consideră că

alergatul fără rost este o pierdere de timp, să se aşeze şi să se gândească dacă ar putea trage vreun folos din efectele lui. Între timp, frica de un eventual eşec mai primeşte un supliment sub formă de prăjituri, cafea, băuturi, etc. De data asta frica a fost bine hrănită, planul de activităţi a fost bine gândit şi pus în practică. Caloriile neconsumate pentru procesul de gândire sunt direcţionate spre cămară – stratul de grăsime. Frica, până atunci împiedicată, creşte şi se transformă în răutate, iar caloriile în exces favorizează îngrăşarea.

Dacă preferaţi mâncărurile pe bază de **carne**, înseamnă că sunteţi un om înrăit şi răutatea poate fi hrănită doar cu carne. Dacă un om înrăit consumă carne, el devine şi mai rău. Obiceiul de a consuma carne cultivă răutatea. Cu cât un om este mai rău, cu atât mănâncă mai multă carne. Cu cât răutatea este mai sărată, mai piperată, mai condimentată, cu atât mai sărată, mai piperată şi mai condimentată trebuie să fie carnea consumată. Dacă un om înrăit va fi obligat să mănânce doar hrană vegetală, el se va potoli, va slăbi şi se va umaniza.

Dieteticienii şi vegetarienii încearcă subconştient să salveze omenirea, însă, din această cauză, omul rău devine şi mai rău. De aceea carnivorii şi vegetarienii nu ştiu şi nu vor să se înţeleagă unii pe alţii, ci fiecare vrea să impună celuilalt adevărul lui. Învingătoare iese răutatea. Şi atunci vegetarianul începe să mănânce din când în când carne, fiindcă simte că *altfel nu va rezista*. Frica de a fi învins de viaţă cere pregătire pentru luptă. Medicina a demonstrat cât de nociv este consumul excesiv de carne şi totuşi materialistul înrăit va continua toată viaţa să mănânce carne.

Propaganda pentru hrana vegetală este un lucru remarcabil, dar ar fi mai bine să se înceapă cu eliberarea de răutate, fiindcă atunci în mod automat va apărea o repulsie faţă de carne, ceea ce ar fi o senzaţie naturală şi nu o autoimpunere. Odată cu eliberarea de frică dispare şi pofta excesivă de dulce. La rândul ei, eliberarea de sentimentul de vinovăţie face să dispară nevoia de a mânca acru. Inima este şi aşa puternică.

Există diete de slăbire care interzic dulciurile şi făinoasele. Legume şi carne se pot consuma în funcţie de nevoile fiecăruia. Întrucât caloriile necesare pentru munca fizică grea se obţin mai uşor din carne, iar cantitatea de legume care ar fi necesară nu ar mai încăpea în stomac, omul se pune pe mâncat carne şi îi ia în derâdere pe cei care spun că abuzul de carne îngraşă. Oamenii de genul acesta devin tot mai curajoşi. Curajul merge până acolo încât ei încep să-i dispreţuiască pe cei timizi, apoi să-i distrugă fizic şi moral, întrucât răutatea lor, ignorând avertismentul pe care li-l dă frica, capătă dimensiuni foarte mari. În curând va începe autodistrugerea omului. Viaţa arată de fiecare dată că tot ce este în exces este rău.

Fiecare om visează la desăvârşire. Cine începe masa cu acru, va dori apoi ceva dulce, iar după aceea o să vrea sărat. Omul stresat mănâncă întotdeauna mai mult decât îi trebuie. Mănâncă la nimereală – ba sărat, ba dulce, ba acru etc. Dacă echilibrăm stresurile printr-o alimentaţie iraţională, pofta de mâncare nu va dispărea, ci stomacul nu va mai primi.

Dacă sentimentul de vinovăţie, frica şi răutatea răbufnesc cu aceeaşi forţă, omul respectiv trebuie să urmeze un regim corect cu porţii corecte. Şi chiar dacă va mânca prea mult, nu se va îngrăşa. Ponderea în organism a acestor trei tipuri de stres determină pofta din momentul respectiv. Se obişnuieşte să se spună că mâncatul la ore fixe favorizează

o digestie bună şi o bună capacitate de muncă. În realitate însă, dacă gândirea este corectă ora de masă nu are nicio importanţă. Atunci când stomacul flămând ne dă un semnal, este suficient ca noi să ne purtăm cu iubire faţă de tractul nostru gastrointestinal şi faţă de mâncare.

Aş putea să vă povestesc multe lucruri despre relaţia dintre pofta de mâncare şi o boală concretă. La debutul bolii pot să spun ce obişnuieşte să mănânce bolnavul, ce nu are voie să mănânce şi ce trebuie să mănânce ca să poată trăi, dar scopul acestei cărţi nu este acesta. Dacă aţi înţeles principiul, la restul gândiţi-vă dumneavoastră singuri.

De exemplu, dacă sentimentul de vinovăţie se amplifică, persoana care mănâncă constant şi cu plăcere acru, va simţi într-o bună zi că nu se mai poate atinge de ceva acru. Durerea din abdomen îi va spune că a făcut ulcer. Sentimentul de vinovăţie a crescut şi s-a transformat în învinuire. Acum persoana este nevoită să mănânce mai des carne şi lapte, altfel i se roade stomacul. Aciditatea mărită, apărută din învinuire, începe să atace cu răutate carnea, fără să se întrebe dacă ea este carnea proprie (a stomacului) sau este una străină (cea din mâncare). La fel se comportă şi omul care are ulcer. Când ulcerul începe să sângereze, răutatea a devenit deja avidă de sânge.

Un om cu o viaţă sufletească echilibrată nu face abuz de mâncare şi de condimente. Nu are nevoie de dietă.

Spiritul nu are nevoie de hrană fizică. Trupul are nevoie de ea. Dar trup fără spirit nu există. Hrana spirituală hrăneşte şi trupul. Fiecare stres are amplitudinea lui de variaţie şi fiecare produs alimentar sau fel de mâncare are propria amplitudine. Când acestea se suprapun, necesitatea corpului este satisfăcută.

Să gândim acum împreună:

Spunem:

- *Nu vreau acru.*

- *Nu suport acreala.*

Putem spune acest lucru în mod diferit – revoltaţi sau autoritar, strâmbând din nas, spunând că mâncarea nu este bună, că este scârboasă.

Ce înseamnă asta? Înseamnă că:

- *Nu vreau să fiu vinovat.*

- *Nu suport să fiu vinovat!*

Vreţi să evitaţi ca sentimentul de vinovăţie să se amplifice. În mod subconştient doriţi să evitaţi o situaţie în care să fiţi nevoiţi să învinuiţi pe cineva. Sentimentul dumneavoastră de vinovăţie a atins punctul critic. Dacă nu vă eliberaţi de sentimentul de vinovăţie şi continuaţi să mâncaţi acru, chiar şi atunci când n-aveţi încotro, atunci vă veţi transforma în acuzator.

Spunem:

– *Nu vreau dulce.*

– *Nu suport dulcele.*

– *Mor dacă mănânc dulce.*

Ce înseamnă asta? Înseamnă că:

– *Nu vreau să-mi fie frică.*

– *Nu mai suport frica*

– *O să mor dacă îmi va fi şi mai frică.*

Oamenii încearcă în mod subconştient să evite amplificarea fricii, pentru ca la rândul lor să nu sperie şi ei pe alţii.

Spunem:

– *Nu vreau carne.*

– *Nu suport carnea.*

– *Eu sunt vegetarian.*

Ce înseamnă asta? Înseamnă că:
– *Nu vreau să-mi crească răutatea.*
– *Nu suport să-mi crească răutatea.*
– *M-am eliberat de răutate.*

NB! Vegetarienii care nu mănâncă deloc carne sunt un fenomen rar. Supa de carne este tot carne.

Corpul este o parte componentă a uneia dintre etapele de evoluție a omului. Când vom învăța cum să ne purtăm cu lumea fizică, cum să o binecuvântăm și nu să o distrugem, cum am făcut până acum, atunci vom deveni demni să ne înălțăm spiritual. În același timp ne vom elibera acest corp fizic care vrea să mănânce și să sufere.

Probabil că unii cititori așteaptă lămuriri în privința consumului de lapte și pește. Nevoia de a bea lapte înseamnă, simbolic, dorința și convingerea că cineva îi va orândui viața. Un consum exagerat de lapte favorizează o atitudine pasivă față de viață.

– Cui îi place laptele, acela este înclinat să-și nege greșelile, în schimb observă greșelile altora.

– Cui nu-i place laptele, acela dorește să afle adevărul, chiar dacă acesta este îngrozitor. Este mai degrabă de acord cu un adevăr amar decât cu o minciună dulce.

– Cine nu suportă laptele, acela nu suportă minciuna.

– Cine exagerează cu laptele, să nu aștepți de la el adevărul.

Cui îi place **peștele**, acela așteaptă o minune pe care și-o creează el singur cu mare plăcere. Atracția către pește înseamnă dorința ca totul să se aranjeze. Consumul de pește înseamnă o căutare subconștientă a liniștii sufletești.

– Cui îi place să pescuiască, aceluia îi place liniștea sufletească și, în numele ei, depune toate eforturile.

– Cui nu-i place peștele, nu-i place nici apatia nici liniștea sufletească. Se teme de pasivitate, de inactivitate, de lene.

– Cine nu suportă peștele, nu suportă indiferența, lenea și nici chiar liniștea sufletească. El vrea ca în jurul lui să clocotească viața.

– Cui îi place peștele proaspăt acela vrea să trăiască liniștit, astfel încât nimeni să nu îl deranjeze și el însuși să nu-i deranjeze pe alții.

– Cui îi place peștele sărat, acela se bate cu pumnii în piept și afirmă: *„Uite aici un om cu adevărat bun!"* Sarea sporește hotărârea, încrederea în sine. Exagerarea distruge această calitate.

Despre băutul apei:

– Dacă omul bea puțină apă, are acuitate în modul de a privi viața și o percepție pătrunzătoare.

– Dacă omul bea multă apă, atunci lumea este pentru el confuză și neclară, el este însă binevoitor și înclinat să facă fapte bune.

Obiceiul modern din ultimii ani, venit din Occident, de a bea câțiva litri de apă pe zi slăbește percepția. Este adevărat că apa diminuează, adică diluează agresivitatea, fricile și frământările sufletești, dar atâta timp cât omul caută rezolvarea problemelor numai la nivel fizic, ele nu se vor rezolva definitiv. Așa cum tot ceea ce este fizic este supus distrugerii, la fel se întâmplă și cu liniștea sufletească dobândită în acest fel. La fel se întâmplă cu toate încercările subconștiente la nivelul fizic care au drept scop îmbunătățirea vieții.

Să continuăm discuţia despre energetica unor produse alimentare.

Carne slabă –răutate sinceră şi deschisă, **carne grasă** – răutate ascunsă şi mişelească; **cereale** – responsabilitate faţă de lume, **secară** – interes pentru dobândirea unei înţelepciuni profunde a vieţii, **grâu** – interes pentru dobândirea unei înţelepciuni superficiale, **orez** – o viziune echilibrată şi perfectă asupra lumii, **porumb** – a obţine cu uşurinţă totul de la viaţă, **orz** – îngâmfare, **ovăz** – sete de cunoaştere, curiozitate, **cartof** – seriozitate, **morcov** – uşurinţă de a râde, **varză** – cordialitate, **nap** – înclinare spre cunoaştere, **sfeclă** – capacitatea de a explica în mod accesibil lucrurile complicate, **castravete** – lâncezeală, visare, **roşii** – încredere în sine, **mazăre** – gândire logică, **ceapă** – recunoaşterea propriilor greşeli, **usturoi** – încăpăţânare, **măr** – bun simţ, **mărar** – răbdare şi abţinere, **lămâie** – minte critică, **banană** – superficialitate, **strugure** – satisfacţie.

Orice exces conduce la un rezultat opus. La fel, şi o mâncare bună devine dăunătoare dacă se face abuz.

Spre exemplu, **oul** înseamnă tendinţa spre desăvârşire. Cine mănâncă multe ouă, dar nu ştie să gândească, are o nevoie sporită de a se desăvârşi. Şi întrucât nimeni nu-i va pune pe o tavă de aur o viaţă perfectă, el se va înrăi. La nivel fizic aceasta se manifestă printr-o creştere a colesterolului în sânge.

Minunea naturii – **mierea** – oferă o iubire şi o căldură maternă desăvârşită, ca îmbrăţişarea mamei. De aceea, mierea vindecă toate bolile. Cine nu a avut parte niciodată de o astfel de iubire, cui îi este teamă de iubirea mamei sale pentru că îl face să sufere, acela va urî mierea.

Alergia alimentară s-a răspândit atât de mult, încât cu greu mai găseşti vreun produs alimentar care să nu provoace alergie. În ţările dezvoltate s-au înmulţit cazurile de boală celiacă - când copilul nu suportă cerealele. Având în permanenţă diaree, copilul elimină din organism substanţe de importanţă vitală, ceea ce îi pune în pericol atât evoluţia spirituală cât şi cea fizică. Aceasta este o boală de metabolism.

Alergia este răutatea revoltei.

Metabolismul înseamnă priceperea de a te comporta în favoarea legii vieţii aflată într-o continuă mişcare, priceperea de a-ţi organiza corect viaţa cu ajutorul înţelepciunii. Pe scurt, schimbul de substanţe (metabolismul) constituie esenţa schimbului de gânduri. Nici un produs nu este în totalitate rău, nici un gând nu este în totalitate rău. Cine nu suportă **secara**, doreşte să răzbată uşor în viaţă, urăşte greutăţile. Cine nu suportă **grâul**, nu se mulţumeşte cu puţin, este un maximalist care urăşte sărăcia. Cine nu suportă **orzul,** nu suportă lipsa libertăţii, urăşte restricţiile dure şi predeterminarea fermă a vieţii. Într-un fel sau altul boala celiacă înseamnă incapacitate de a înţelege legile vieţii. Părinţii unor asemenea copii trebuie să se schimbe radical ei înşişi.

Schimbul de substanţe arată modul în care omul cumpără, vinde şi schimbă. Dacă el face aceste operaţiuni după regulile corecte ale comerţului, atunci schimbul de substanţe va fi în ordine. Dar dacă el vrea să plătească cu bani pentru valorile de bază ale vieţii – iubire, cinste şi principialitate – atunci metabolismul lui va avea de suferit. Cu cât va greşi mai mult, cu atât urmările vor fi mai grave şi mai dureroase la copii şi la nepoţi. Toate organele care

participă la schimbul de substanțe sunt alcătuite din țesuturi moi și energia lor este preluată din canalul energetic principal situat în coloana vertebrală. Pe scurt, un metabolism afectat înseamnă un dezechilibru între a da și a primi.

Omul se naște într-o localitate concretă de pe Pământ întrucât vrea să învețe care este relația dintre acest loc și propria persoană. Mâncarea este una dintre posibilitățile de a face acest lucru. De aceea, folositoare pentru om sunt acele produse alimentare care sunt cultivate în zona respectivă.

Cine începe să gândească corect, își va învăța corpul fizic să se descurce cu cât mai puțină hrană. Când este epuizat de stresuri, hrana îi pare fără gust și insuficientă. El trebuie să-și hrănească și stresurile. Caloriile din porția sa se depun, mărindu-i dimensiunile corpului.

Cine hotărăște să înceapă o dietă, dar nu știe nimic despre eliberarea de stresuri, îi va fi greu sau chiar, poate, imposibil să se țină de ea. Din cauza sentimentului de vinovăție omul devine gol pe dinăuntru. Frica are nevoie de hrană, altfel nu va avea putere pentru a o lua la fugă. Răutatea vrea și ea să crească pentru a da inamicului o ripostă pe măsură.

Dacă omul, visând să aibă un trup frumos, se va abține să ia o bucățică în plus la fiecare masă, își va ajuta corpul să reacționeze mai puțin dureros, deși acest lucru nu se produce imediat. Corpul începe din ce în ce mai mult să înțeleagă că are nevoie de o porție de negativitate mai mică. Astfel, prin obiceiuri de alimentație se formează un mod de gândire.

O astfel de gândire îl face pe om să devină chibzuit. Dar dacă merge prea departe și devine un zgârie-brânză, binele lui se va transforma în rău. Un semn tipic al zgârceniei îl constituie constipația. Ea demonstrează ce poate aduce calicenia în viață. Zgârcitul dorește doar să primească, dar să nu ofere nimic. Zgârcit este și acela care știe, dar nu spune nimănui ce știe el, de teamă ca altul să nu devină mai deștept decât el. Își păzește cu gelozie cunoștințele și se simte jignit sau se înfurie dacă altcineva spune lumii ceva ce el consideră că este propria lui descoperire. La un asemenea om, în afară de celelalte răni sufletești, se instalează obligatoriu și constipația. Eliberați-vă prin iertare de zgârcenie și constipația va dispărea.

Exemplu din viață

Eram într-o excursie și o cunoștință bună de-a mea mi s-a plâns că mai are puțin și plesnește de constipație. Dacă atunci când ești acasă acest lucru se mai poate cumva suporta, în excursie însă devine un chin insuportabil: „*Draga mea, eliberează-te de zgârcenie, pentru ce să te chinui!*" – i-am spus eu mirată, „*Cum să fiu zgârcită când am cheltuit deja aproape toți banii. Iar tu nu ți-ai cumpărat nimic!*" a protestat ea. „*Numai un zgârcit spune așa ceva și numai unui zgârie-brânză i se scurg banii printre degete. Eu nu am o asemenea problemă. Eu cheltui banii cu plăcere și nu-mi pare rău.*" – i-am explicat eu.

I-a trebuit o zi întreagă să se elibereze de zgârcenie și spre seară problema s-a rezolvat. Din acel moment intestinul ei se evacuează în mod regulat de trei ori pe zi.

Eu dau câteodată acest exemplu ca să-i înveselesc pe suferinzi. Ea se considera un om deosebit de generos și nu înțelegea că, de teama de a nu trece drept zgârcită, cheltuia nechibzuit banii pentru alții. Cadourile pe care le făcea

înainte nu-i produceau atâta plăcere cât îi fac acum, cheltuind aceiaşi bani. Înainte oamenii i se simţeau îndatoraţi, acum vedeau însă în cadourile ei o manifestare a iubirii.

Zgârcenia este stresul de care te poţi eliberează cel mai uşor.

Noi venim din ziua de ieri
şi ne îndreptăm către ziua de mâine.
Să ne corectăm greşelile astăzi.
Astăzi cât mai este posibil.
Abia atunci poate sosi ziua de mâine.

Cuprins

Din ieri prin azi spre mâine 11
Înainte de toate, să învăţăm 21
Dumnezeu este Unitatea a tot ce există 24
Distribuirea energiilor în corpul uman 28
Legea divină – similarul atrage similarul 32
Ai atâta iubire câtă meriţi 34
Sclavia iubirii 36
Exterminarea fricii 38
Învăţaţi să iertaţi corect 43
Naşterea fricii 46
Pierderea instinctului matern primordial 50
Despre izvorul secat 56
Despre cel care dă şi cel care ia 61
Bucuria şi durerea celui care dă 65
Despre peripeţiile vieţii sufleteşti 71
Frica este prizonierul omului
Răutatea este cea care dărâmă temniţa 76
Odată cu Iertarea, spiritul se deschide
şi toate problemele se rezolvă 83
Răutatea faţă de duşmănie 84
Bucuria de a învăţa să ispăşim răul 89
Copilul este suma dintre tată şi mamă 91
Tatăl este spiritul copilului, ... 96
mama este sufletul copilului 96
Moştenirea strămoşilor 101
Trei paşi până la răutate 114

Bucuria de a recunoaşte răutatea 120
Exemple din viaţă 127
Şcoala suferinţelor 150
Simţul realităţii 157
Încotro te grăbeşti, omule? 163
Valorile vieţii trebuie căutate 168
Profunzime şi superficialitate 170
Despre iertare,
cea corectă şi cea incorectă 173
Despre oamenii minune fără cusur 180
Ce este emoţia şi ce este sentimentul? 184
Feminitatea şi masculinitatea
ca atu sau armă 191
A răsfăţa copilul este un lucru periculos 202
Despre binele din oameni 214
Despre binefăcători 218
Răutatea bună şi răutatea rea 234
Bunătatea poate fi măsurată şi cântărită prin răutate 238
Despre cei care fac rău 245
Ce este crima? 249
Stresul – componentă a vieţii 255
Despre alimentaţie şi exces 263

Editura Dharana

Au apărut:

În colecţia ***„Lotus"***

1. **„În zarea nemuririi"** de Prentice Mulford
2. **„Karma yoga"** de Swami Vivekananda
3. **„Ştiinţa respiraţiei în yoga"** de Yog Ramacharaka
4. **„Energia psihică"** de Aleksandr Klizovski
5. **„Tratamentul ocult"** de Yog Ramacharaka
6. **„Upanişadele"** de Swami Prabhavananda
7. **„Dumnezeu există"** de Swami Sivananda
8. **„Ce ar face Confucius?"** de E. N. Berthrong, PhD
9. **"Medic de trei corpuri după douăzeci de ani"** de Dr. Janine Fontaine
10. **„Învăţăturile lui Confucius"** (Analectele), trad. Traian Călin Uba

În seria ***„Învaţă să te ierţi"*** de *Luule Viilma*

1. **„Lumina sufletului"**
2. **„Să stagnezi sau să evoluezi"**
3. **„Alungă răul din tine"**

Volume de poezie:

„În acte eşti viu" de Traian Călin Uba
„Tifla" de Traian Călin Uba
„Zorilor zăbranic" de Venera Antonescu
„Evanescenţă" de Venera Antonescu
„Desfolieri" de Venera Antonescu
„31 Poezii" Jules Laforgue – ediţie bilingvă - tr. Venera Antonescu
„Poezii alese din lirica franceză" – ediţie bilingvă - tr. Venera Antonescu

Teatru:

„**Când noi, morții, vom învia**" de Henrik Ibsen – tr. Venera Antonescu

Proză:

„**Umbra trecerii**" de Dorin Gabriel Tilicea

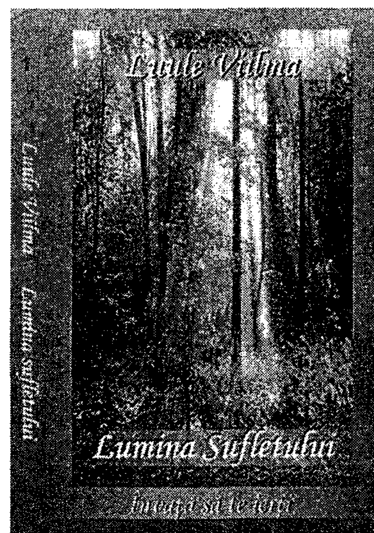
În curând:

„**Eliberarea de materialismul spiritual**" de Chögyam Trungpa
„**Căldura speranței**" de Luule Viilma
„**Medic de trei corpuri**" de Dr. Janine Fontaine

SISTEMUL DE CARTE PRIN POŞTĂ – PLATA RAMBURS

Puteți comanda oricare din cărțile apărute la Editura Dharana şi le veți primi prin poştă în cel mai scurt timp.
Plata o veți face ramburs, la primirea coletului.
Taxele poştale vor fi plătite de editură.
Pentru comenzi ce depaşesc 30 lei beneficiați de o reducere de 15%
Dacă valoarea comenzii este mai mare de 50 lei reducerea de care beneficiați este de 20%
Transmiteți comanda prin poştă, telefon sau e-mail.

Editura Dharana Bucureşti, str. Sf. Ecaterina nr.15, sect.3, OP 53, cod. 040155
Tel. 021.337.24.24
e-mail: editura@gmail.com



„Lumina Sufletului"

Autor: Luule Viilma
Nr. pag: 304

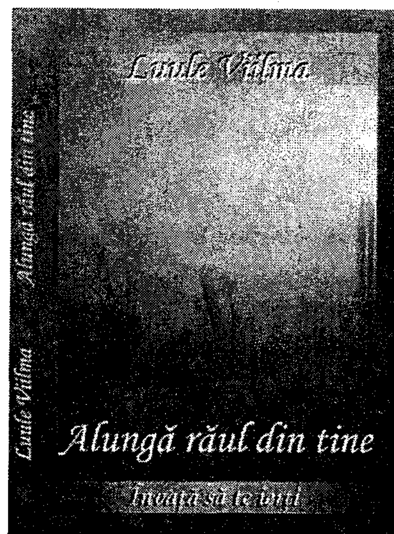
- *Ați sperat vreodată să puteți scăpa de stresurile dumneavoastră şi nu ați ştiut cum să procedați?*
- *V-ați dori să corectați relațiile din familie şi cu alte persoane?*
- *V-ați îmbolnăvit? De unde a apărut boala? Cum să scăpați de ea? De câte ori nu ne-am pus cu toții aceste întrebări?*

Toate acestea se află în puterile dumneavoastră. Citiți cartea „**Lumina sufletului**" de **Luule Viilma**.

Prima carte în care sunt prezentate stresurile şi bolile pe care acestea le provoacă.

Această carte a fost scrisă pentru ca oamenii să poată să-şi îmbunătățească singuri propria sănătate. Maniera de prezentare a fost în mod deliberat simplificată pentru ca ajutorul să fie accesibil pentru fiecare.

Învățătura cu privire la iertare este simplă şi accesibilă pentru aceia care sunt gata să-şi recunoască propriile greşeli şi inaplicabilă pentru aceia care caută vinovați în afara propriei persoane.



„Alungă răul din tine"

Autor: Luule Viilma

Nr pag: 288

Luule Viilma ne propune, pe baza propriei experiențe de medic practician, să învățăm să ne dezvoltăm spiritual, ceea ce ne va ajuta nu numai să ne vindecăm de o boală concretă, dar și să ne restabilim echilibrul sufletesc și să ne recăpătăm liniștea interioară.

Este o carte despre posibilitățile nelimitate de a ierta și despre neîngrădirea iubirii, despre puritatea sufletească, lumina sufletească, căldura sufletească
și binecuvântarea sufletească.

Toată negativitatea care se află în om, și pe care el n-a știut s-o elibereze cu inteligență - cu ajutorul iertării, este o lecție de viață care a rămas neînvățată. Prin urmare, ea va trebui învățată prin suferințe. Pentru aceasta, trebuie să apară persoana sau situația care să-i provoace suferințe.

- Iertarea este însoțită de conștientizare.

Conștientizarea înseamnă înțelepciune.

- Omul rămâne un ignorant atâta timp cât vede cauza răului în alții.



„Medic de trei corpuri după douăzeci de ani"

De Dr. Janine Fontaine

Nr. Pag: 352

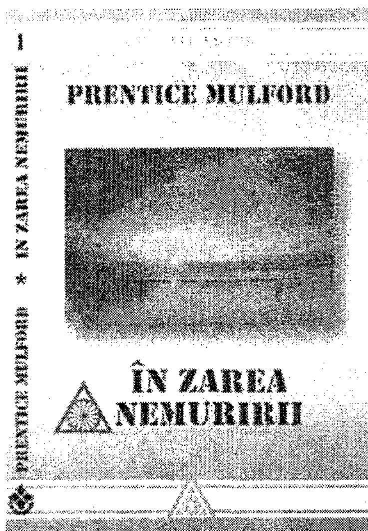
Cu 20 de ani în urmă, Janine Fontaine, anestezist și medic de spital, urmându-și intuiția pornește în călătoria ce o va duce de la Institutul de Medicină din Paris prin lumea plină de mister și tămăduiri miraculoase a vindecătorilor filipinezi, și ne ajută să descoperim medicinile alternative.

Prima sa carte, „Medic de trei corpuri", istoria acestei transformări ce i-a permis să devină vindecător, a bulversat viziunea materialistă despre corp a acelei perioade.

Astăzi, Janine Fontaine retrasează etapele decisive ale acestui drum către o medicină completă, demonstrează că recentele descoperiri din fizica cuantică îi susțin concepția asupra celor trei corpuri și explică rolul fundamental al energiei în tratarea suferințelor corpurilor.

Această riguroasă explorare a ceea ce suntem o conduce la a ne propune o veritabilă terapie de sănătate, chezășie a binelui nostru fizic și spiritual.

„Pe tot parcursul acestei cărți, doresc să dau indicațiile de bază necesare pentru înțelegerea anatomiei, fiziologiei și patologiei acestui corp vibrator."



„În zarea nemuririi"
Autor: Prentice Mulford
Nr pag: 216

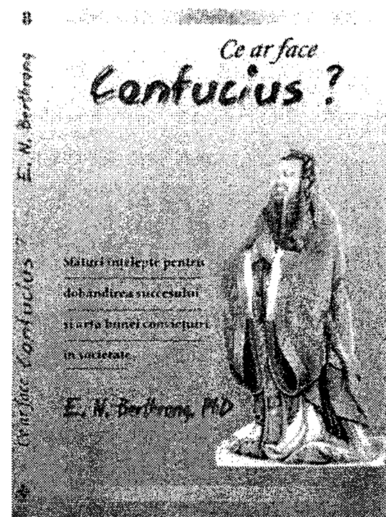
Legile vieții expuse în lucrarea de față au existat dintotdeauna, numai că Mulford le-a studiat, le-a observat și le-a valorificat. Legea gravitației a existat și înainte de Newton, numai că până la el nu o observase nimeni!

Lucrarea de față tratează o mulțime de manifestări ale energiei psihice.

Sfaturile practice expuse de autor sunt de neprețuit, iar cel ce va cugeta asupra lor și apoi le va aplica va culege roade bogate, atât în domeniul energiei psihice, cât și în ceea ce privește sănătatea fizică. Bunăstarea omului depinde de acești factori pe care Mulford îi expune cu atâta claritate și generozitate încât uimește, frapează și îndeamnă la aplicare.

Prentice Mulford e acela care ne dă o cheie de aur, cu care să putem deschide poarta fericirii și eu simt că mi-am făcut o datorie sfântă, traducându-i gândurile în limba noastră.

Alexandru E. Russu



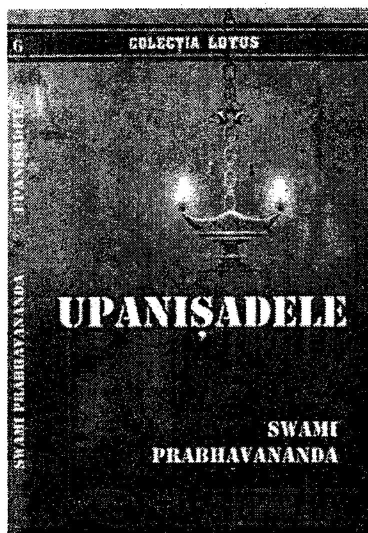
„Ce ar face Confucius"
De E.N. Berthrong PhD
Nr. pag: 224

„Într-o lume profund marcată de găsirea unui reper clar în stabilirea relațiilor interumane, cartea lui E. N. Berthrong se dovedește unică. Pornind de la înțelepciunea Învățăturilor lui Confucius, Berthrong ne oferă un material incitant despre drumul către o viață plină și mulțumitoare. Dacă de 2500 de ani maestrul se dovedește o sursă inepuizabilă, cu siguranță continuă să fie și astăzi. Berthrong o demonstrează cu pricepere, acuratețe și o notă de umor."

Mary Evelyn Tucker,
profesor de religie la Universitatea Bucknell

Învățăturile lui Confucius nu încetează să-și mențină relevanța deoarece continuăm să facem față acelorași probleme sociale, economice și politice cu care era și el confruntat. Înțelepciunea sa nu poate să vindece nici una din suferințele societății, dar ne va arăta cu siguranță cum interacțiunile umane pot fi dirijate astfel încât toată lumea să aibă de câștigat.

Profunzimea reflecțiilor confucianiste asupra condiției umane continuă să fie acceptată și practicată cu asiduitate de două milenii și jumătate deoarece poate fi aplicată oricărei situații de viață, în orice moment.



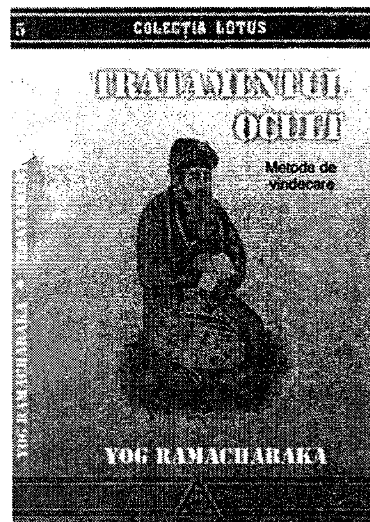
„Upanişadele"

De Swami Prabhananda

Nr. pag: 168

Cele mai vechi scripturi ale Indiei şi cele mai importante sunt Vedele. Vedele sunt patru la număr, fiecare fiind împărţită în două părţi: Practica şi Cunoaşterea. Aceasta din urmă se ocupă de cunoaşterea lui Dumnezeu, aspectul superior al adevărului religios şi poartă numele de Upanişade. Înţelesul literal al upanişadei, „a sta alături cu devotament", aduce în mod pitoresc în minte imaginea unui discipol serios care învaţă de la maestrul său. Cuvântul mai înseamnă şi „învăţătură secretă" – secretă, desigur, întrucât o învăţătură se acordă numai acelora care sunt pregătiţi spiritual să o primească şi să profite de pe urma ei.

În studiul Vedelor, conform unei lungi tradiţii, şi chiar conform Vedelor înseşi, este nevoie de un maestru sau guru: „Abordează un învăţător" citim noi în Rik, „cu umilinţă şi cu dorinţa de a sluji"; iar în Upanişade; „Nu le este dat multora să audă despre ACESTA" – însemnând Dumnezeu – „care sălăşluieşte în eternitate. Deşi aud despre El, mulţi nu-L înţeleg. Minunat este acela care vorbeşte despre El. Inteligent este acela care află despre El. Binecuvântat este acela care, învăţat de un guru, este capabil să Îl înţeleagă"...



Tratamentul ocult"

De Yog ramacharaka

Nr. pag: 144

Această carte (prin ea însăşi) nu reprezintă un tratat despre boli. Dimpotrivă, noi abordăm în cadrul ei cât se poate de puţin problematica bolilor, preferând să vorbim despre sănătate şi despre metodele de atingere ale acesteia. Aici se prezintă puţină teorie, noi încercăm să explicăm "cum trebuie acţionat".

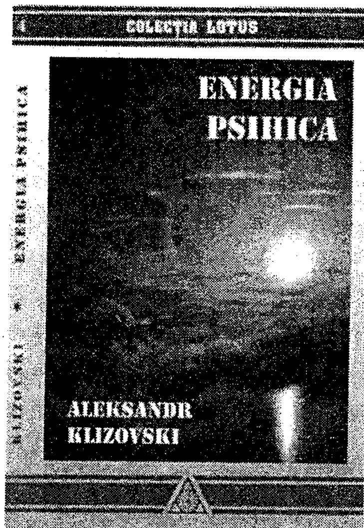
Recomandăm călduros tuturor celor ce studiază această problemă să se familiarizeze cu toate metodele expuse în „Tratamentul ocult". Apoi ei, conducându-se după propria intuiţie, pot alege metodele care le convin mai mult.

Fie ca ei să ia puţin dintr-o metodă, puţin din alta şi să le unească pe acestea într-un sistem propriu.

Nu consideraţi că sunteţi obligaţi să fiţi legaţi de un sistem anume, ce poartă "eticheta" sau "cătuşele" anumitei şcoli.

Să vă feriţi să puneţi etichete şi cătuşe pe sufletul dumneavoastră. Rămâneţi credincioşi vouă înşivă.

Medicul nu trebuie să fie doar vindecător. El trebuie să înveţe şi să educe oamenii. Atunci chemarea lui va deveni Dumnezeiască şi sfântă, şi el nu va mai fi numai cârpaciul corpului.

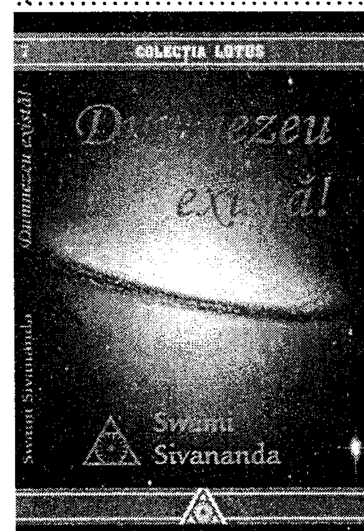


„Energia psihică”
De Aleksandr Klizovski
Nr. pag: 96

Una din proprietățile cele mai uimitoare ale energiei psihice este faptul că ea se suprapune în spațiu, se depune și zăbovește pe toate obiectele ce-l înconjoară pe om. Omul este nu numai un condensator și transmițător al energiilor cosmice, dar el este și o puternică dinamo-mașină care radiază energii de diferite feluri. De aceea, cum este omul, purtătorul de energie psihică, așa sunt și lucrurile lui. Ele pot fi bune, aducătoare de bine și folositoare, dar pot fi și rele, dăunătoare și chiar periculoase. Desigur, esența nu constă în obiect, ci în acea structură psihică, ce este stratificată pe el. Ea nu este distrusă și nu este ștearsă nici de veacuri, nici de distanțe.

Popoarele antice - atlanții, egiptenii, caldeenii, evreii și altele, care știau despre această proprietate a energiei psihice, se foloseau de ea în diferite scopuri. Ei stratificau conștient pe obiecte, uneori pregătite special pentru aceasta, uneori luate la întâmplare, energia psihică de o calitate determinată, care trebuia să producă asupra altora o acțiune dorită. Astfel de obiecte se numeau terafimi sau obiecte vrăjite pentru că la stratificarea energiei se pronunța o formulă determinată, sau vrajă. În antichitate, terafimii au fost folosiți în temple, la slujbe, dar cu trecerea timpului ei au pierdut rolul lor destinat binelui și au început să fie întrebuințați de oamenii egoiști pentru folosul lor și dauna altora. Icoanele făcătoare de minuni ale creștinilor și de asemenea înfățișarea lui Buddha la budiști, sunt aceeași terafimi care, în unele cazuri, produc vindecări de boli și alte fenomene folositoare oamenilor, pentru că pe ele este stratificată energia psihică benefică pentru cei ce se roagă.

....



„Dumnezeu există”
De Swami Sivananda

Slujește-i pe toți, văzându-L pe Dumnezeu în toți. Îndeplinește toate acțiunile tale zilnice ca pe o venerație a lui Dumnezeu. Renunță la ideea că tu ești cel care realizezi acțiunile. Simte că Dumnezeu este Cel care face tot și că tu ești doar un instrument. Renunță la atașamentul față de acțiuni și fructele lor.

Golmal: Dacă Dumnezeu este Atotmilostiv, dacă El este un ocean de milostivire, de ce trebuie să existe durere și boală în această lume?

Ram: Durerea este, într-un fel, un lucru bun în această lume. Este un deschizător al ochilor. Este o binecuvântare deghizată. Îți induce mila în inimă și îți întoarce mintea către Dumnezeu. Îți dezvoltă puterea voinței și puterea de îndurare. Te forțează să găsești calea de a scăpa din ghearele Mayei sau din sclavia materiei.



Trebuie înțeles că noi venim
pe această lume ca să învățăm.
A învăța înseamnă a conștientiza
obstacolul și a-l elibera.

Mișcarea este baza existenței spiritului,
stagnarea înseamnă moarte.

Hristos a venit să ne învețe iertarea, să elibereze răul, pentru a **deschide calea binelui**. Dar oamenii nu erau pregătiți spiritual - li se oferea prea devreme binele! Cea mai mare parte a omenirii a ales calea suferințelor.
Alegerea făcută de om este liberă și sfântă, dar fiecare trebuie să știe că după faptă vine și răsplata.
Nici corpul, nici societatea, nu mai pot să se vindece la nivel fizic așa cum ne-am obișnuit. Medicamentele nu-și mai fac efectul și majoritatea bolilor devin cronice.
Pe cel căruia îi este lene să gândească, foarte curând nu-l vor mai ține nici propriile picioare.
Viața este mișcare. Cine își îndreaptă greșelile merge mai departe.

EDITURA


DHARANA

